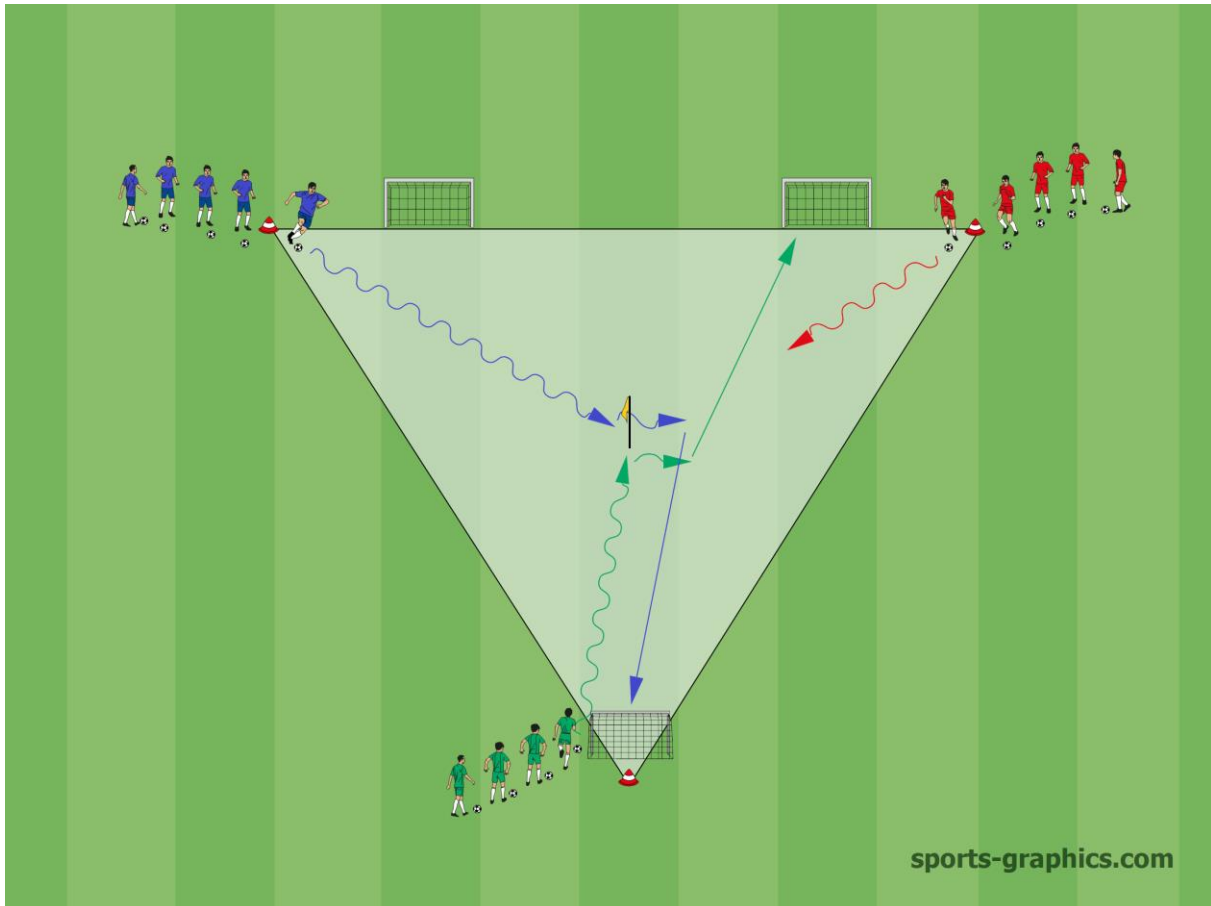


Dribbel-Dreieck Minitor



15 Minuten

Organisation:

- Markiere mit 20m Seitenlänge ein Dreieck
- In der Mitte des Dreiecks eine Stangenfahne aufstellen
- Neben jeden Starthütchen ein Minitor gemäß Abbildung aufstellen
- Teile 3 Teams ein
- Jeder Spieler hat einen Ball

Ablauf:

- Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler und dribbeln auf die Stange zu, kappen nach links/rechts und passen anschließend in das Minitor
- Sobald der Ball den Fuß des Spielers verlassen hat, startet der nächste Spieler die gleiche Aufgabe
- **Wettkampf: Der Spieler, der zuerst trifft, erhält einen Punkt**
- **Wettkampf: Welcher Spieler sammelt die meisten Punkte?**

Variationen:

- Teamwettbewerb: Welches Team sammelt die meisten Punkte?
- Vor der Stange zurückkappen und in das Minitor neben dem eigenen Starthütchen passen

Coaching:

- Technische Fehler im Dribbling vermeiden
- Den Spielstand laut mitzählen
- Präzises Passen
- Mit Tempo durchführen

Eigene Infos: _____