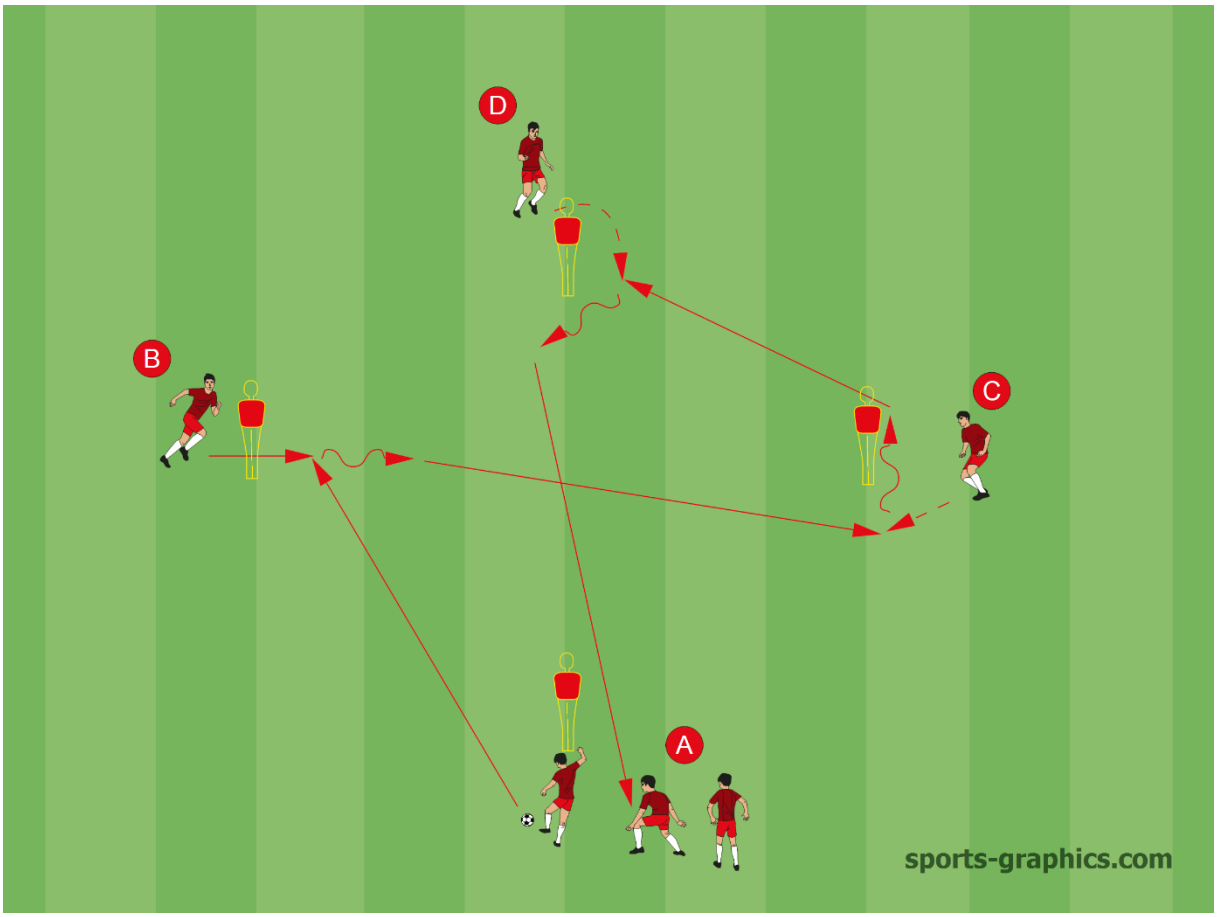
Dummy-Passen



10 Minuten

Organisation:

- Errichte 4 Dummys gemäß Abbildung
- Abstand zwischen den Dummys 10 Meter
- An jeden Dummy einen Spieler postieren
- Die restlichen Spieler stehen bei Position A
- Der erste Spieler an Position A hat einen Ball

Ablauf:

- Der erste Spieler von Dummy A dribbelt an, passt den Ball zu Spieler B
- Spieler B nimmt den Ball an- und mit, passt anschließend zu C
- Spieler C bietet sich an, nimmt den Ball an- und mit, passt anschließend zu Spieler D, der wiederum zu A spielt
- Jeder Spieler läuft seinem Zuspiel nach
- Es entsteht ein Endloskreislauf

Variationen:

- Markiere die Dummys mit verschiedenen Aufgaben:
- Option A: Lösen aus dem Deckungsschatten in Spielrichtung
- Option B: Lösen aus dem Deckungsschatten entgegen der Spielrichtung, mit anschließender Ballmitnahme in Spielrichtung
- Option C: Dem Passgeber entgegenkommen

Coaching:

- Passen
- Lösen vom Gegner
- Ball an- und Mitnahme

Eigene Infos:_____