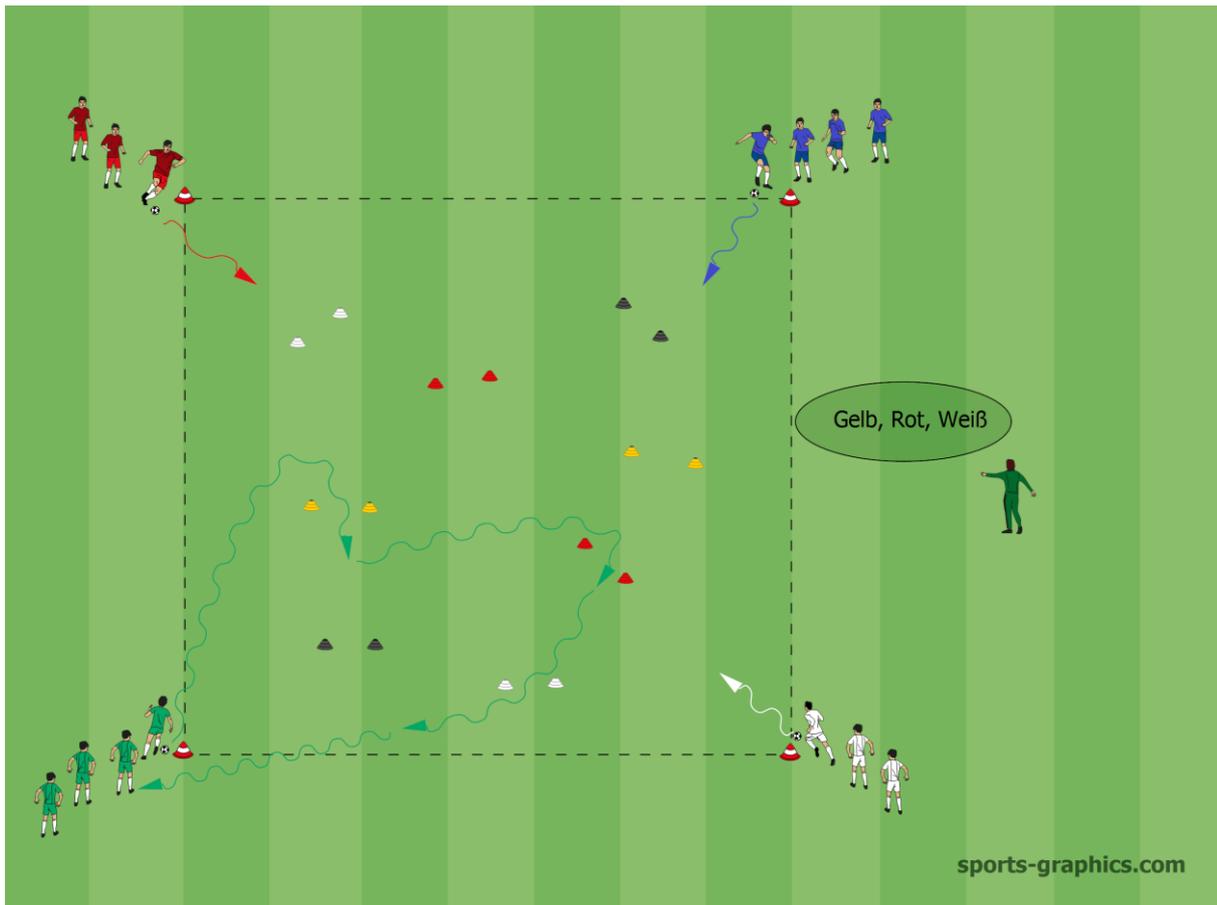


# Hütchentor-Rennen



15 Minuten

## Organisation:

- Ein 25 x 25 Meter großes Quadrat markieren
- Errichte 8 verschiedenfarbige Hütchen im Feld ( je 2 Hütchentore pro Farbe )
- Teile 4 Teams ein und positioniere sie an den Eckstarthütchen
- Jedes Team hat einen Ball

## Ablauf:

- Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler nach einer Farbkombination, die der Trainer vorgibt
- Die ersten Spieler dribbeln ins Feld, durchdribbeln die genannten Farbhütchentore & kehren anschließend zum Starthütchen zurück
- Dort angekommen übergibt er den Ball an den nächsten Spieler im Team
- **Wettkampf: Der Spieler, der am schnellsten den Ball übergeben hat, erhält einen Punkt!**
- **Wettkampf: Welcher Spieler sammelt die meisten Punkte?**

## Variationen:

- Der Trainer ruft 3 Farben auf, allerdings wird nur die 2. Aufgerufene Farbe durchdribbelt
- Nur mit der Außen- oder Innenseite dribbeln
- 2 Spieler pro Team starten gleichzeitig

## Coaching:

- Technische Fehler im Dribbling vermeiden
- Dribbling im hohen Tempo
- Antrittsschnelligkeit
- Reaktionsschnelligkeit
- Aufnahmefähigkeit

Eigene Infos: \_\_\_\_\_