

# 01

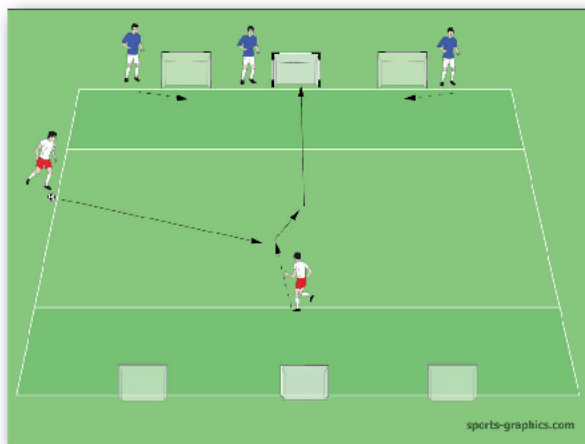
## Erwärmung

### Trainingshilfen

- 6 Mini Tore
- 8 Hütchen für Spielfeldmarkierung
- Leibchen für die Teams

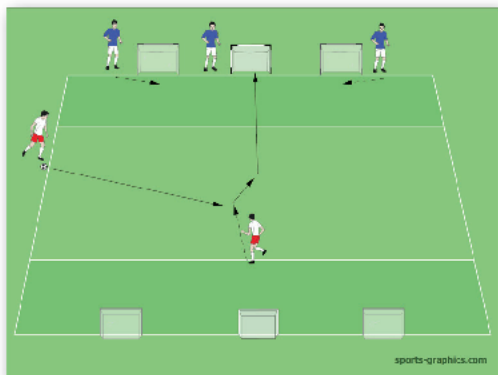
### Organisation

Startpositionen gemäß Abbildung und Einteilen von 2 Teams.



### Übungsablauf

Der rote Spieler mit Ball passt zu seinem Mitspieler, mit dem Pass dürfen die blauen Spieler 2 Mini Tore blockieren, der rote Spieler nimmt den Ball mit dem 1.Kontakt mit und mit dem 2.Kontakt passt er auf das leere Mini Tor. Übungsablauf von beiden Seiten, rechts und links, durchführen. Nach jedem Durchgang Aufgabenwechsel.



### Variationen

- Gleicher Ablauf auf beiden Seiten rechts und links.
- Gleicher Ablauf von beiden Teams.

### Coaching Tipps

Achten Sie auf einen flüssigen Ablauf und auf den 1.Kontakt mit Vororientierung.

### Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

