

## 03

## Erwärmung

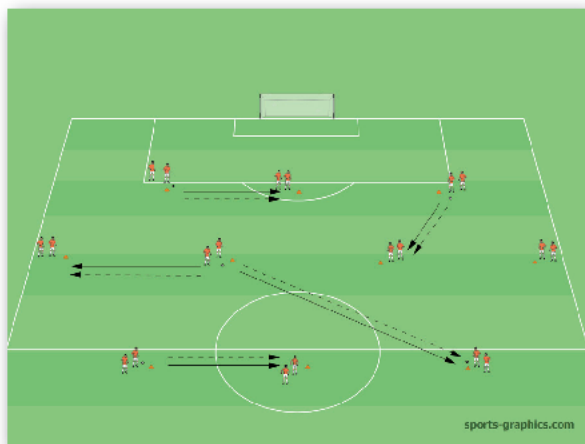
## Trainingshilfen

10 Hütchen

5 Bälle

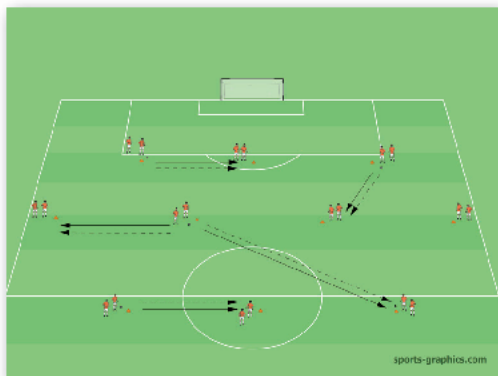
## Organisation

Aufbau einer Grundordnung mit 15m Abständen der einzelnen Hütchen, an jedem Hütchen 2 Spieler und an 5 Hütchen einen Ball, Aufstellung gemäß Abbildung.



## Übungsablauf

Die 5 Spieler mit Ball, passen ihre Bälle an freie Spieler ohne Ball und laufen ihrem Pass nach, die Spieler die den Ball bekommen nehmen ihn mit und passen mit dem 2. Kontakt wieder zu einen freien Spieler.



### Variationen

Nachdem Pass Lauf ABC Übungen durchführen

### Coaching Tipps

Achten Sie auf die Vororientierung und die technisch einwandfreien Pässe!

### Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

