

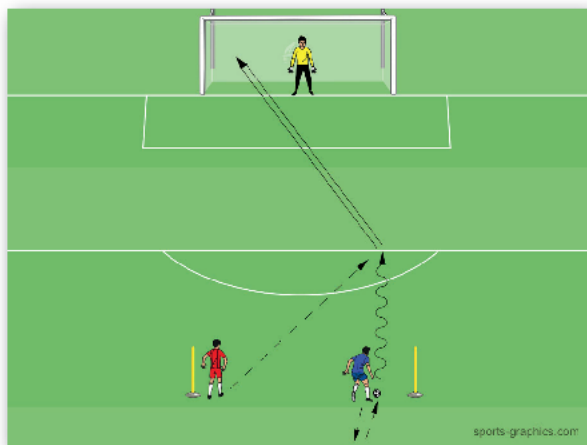
## 11

**Trainingshilfen**

- 2 Slalomstangen
- Ausreichend Bälle
- 1 Großfeldtor

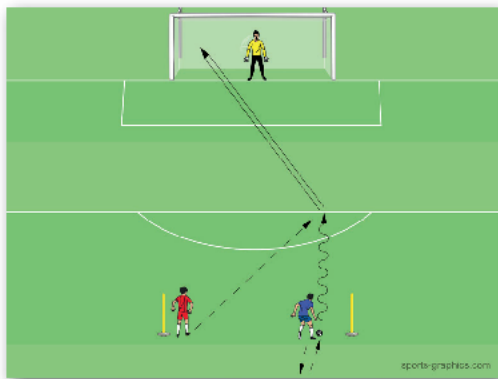
**Organisation**

Zwei Stangen 25m vor dem Tor mit einem Abstand von 5 Metern zueinander stecken. Es werden Paare gebildet und an den Stangen aufgeteilt.

**Übungsablauf**

Beide Spieler stehen jeweils an einer Slalomstange, dabei hat einer der Spieler einen Ball. Ziel des Spielers mit Ball ist es, durch ein Tempodribbling vom Gegner wegzukommen und ein Tor zu erzielen. Er darf selbständig entscheiden, wann er losdribbelt. Demnach muss sein Gegner darauf reagieren und versuchen, den Torschuss zu verhindern.

Nach einigen Durchgängen werden die Aufgaben getauscht. Die Spieler zählen die erzielten Tore.



### Variationen

Abstand zwischen den Spielern und zum Tor variieren.

Spielfeld begrenzen.

### Coaching Tipps

Raumgreifendes Tempodribbling (wenig Kontakte, aber kontrolliert).

Kreuzen des Verteidigers, falls möglich.

### Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

