

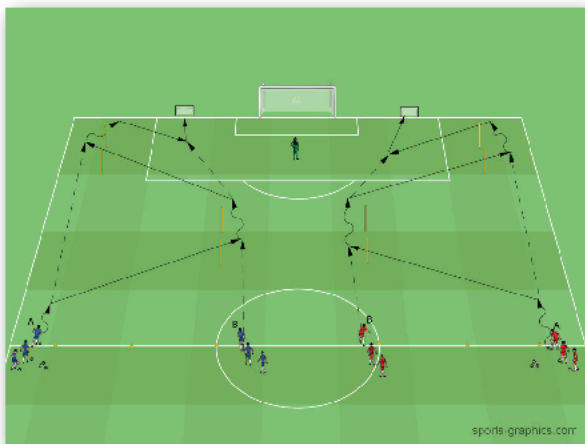
## 04

### Trainingshilfen

- 8 Slalomstangen
- 2 Mini-Tore
- 6 Markierungshütchen
- Leibchen in 2 Farben
- 1 Fußball je Spieler

### Organisation

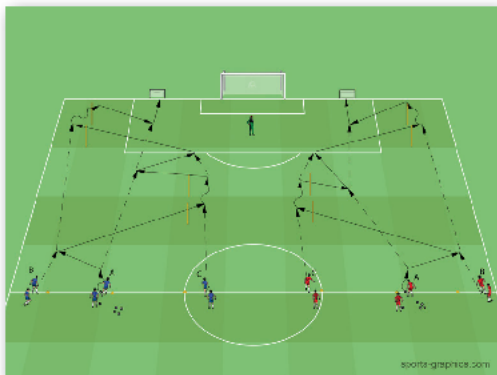
- Die Übung gemäß der Abbildung aufbauen.
- Die Stangentore haben eine Breite von 8m.
- 2 Teams mit 6-9 Spielern einteilen.



### Übungsablauf

Die Spieler positionieren sich entsprechend der Abbildung. Beide Teams führen die Übung zeitgleich und identisch durch. Auf das Startsignal des Übungsleiter dribbelt Spieler A an und spielt einen Pass durch das 1. Stangentor zu Spieler B. Dieser nimmt den Ball mit und spielt einen Pass durch das 2. Stangentor zu A. Spieler A nimmt den Ball mit und passt zurück zu B, welcher auf das Mini-Tor abschließt.

Das Team, welches zuerst das Tor trifft, gewinnt.



### Variationen

Spieler A dribbelt an und passt zu B. Dieser passt direkt durch das 1. Stangentor zu C. Spieler C spielt einen Doppelpass mit A und anschließend direkt durch das 2. Stangentor zu B. B spielt den Ball zu A, welcher abschließt.

### Coaching Tipps

Die Bälle möglichst in den Lauf des Mitspielers passen.

Vor dem Abspiel nochmals den Blick vom Ball lösen.

Die Bälle mit ausreichend Schärfe spielen.

### Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

