

02 Passspiel

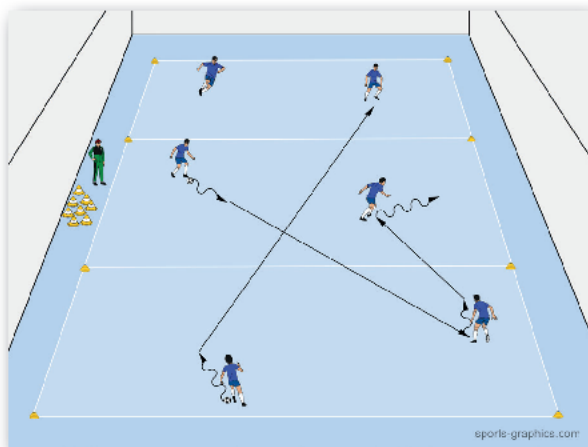
Erwärmung

Trainingshilfen

- 8 Markierungshütchen
- 6 Pylonen
- 2-3 Fußbälle

Organisation

Für die Übungsdurchführung werden 6-9 Spieler benötigt. Bauen Sie entsprechend der Spieleranzahl ein Feld mit 8x15m bis 10x18m auf. Teilen Sie das Spielfeld in 3 gleichgroße Teilfelder.



Übungsablauf

In jedem Teilfeld positionieren sich 2-3 Spieler. Die Spieler dürfen ihre Teilfelder grundsätzlich nicht verlassen. Die Spieler lassen 2-3 Bälle innerhalb des markierten Feldes frei laufen. Verbinden Sie das freie Passspiel mit regelmäßig wechselnden Zusatzregeln – Jeder Pass muss in ein anderes Teilfeld gespielt werden / die Spieler sind auf 2 Ballkontakte beschränkt / die Spieler im mittleren Teilfeld dürfen nur direkte Klatschbälle

spielen / nach den Klatschball soll das mittlere Teilfeld immer wieder überspielt werden / es soll immer wieder direkt gespielt werden. Lassen Sie jede Zusatzregel etwa 1,5-2 Minuten durchführen. Zusatzregeln, die das mittlere Teilfeld betreffen, werden etwa 4,5-6 Minuten durchgeführt. Dabei werden die Spieler im mittleren Teilfeld alle 1,5-2 Minuten ausgetauscht.

