

## 12

Passspiel

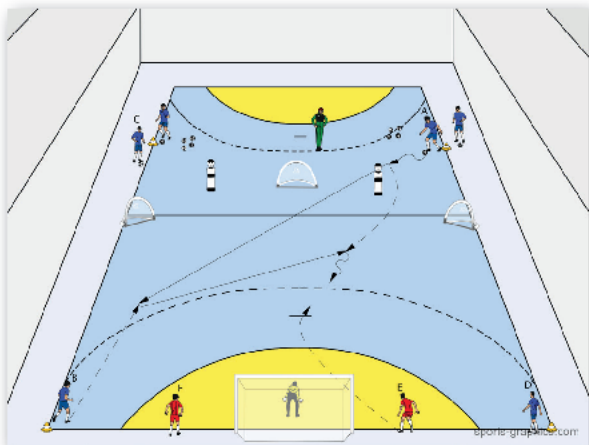
## Hauptteil

### Trainingshilfen

- 1 Hallentor
- 3 Mini-Tore
- 2 Dummies
- 4 Pylonen
- 10-16 Fußbälle
- Leibchen (2-4 und 2-8 in je einer Farbe)

### Organisation

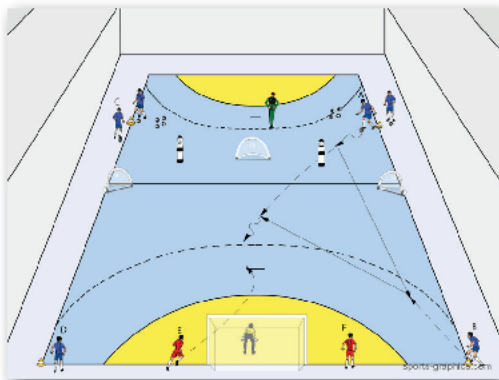
Bauen Sie die Übung entsprechend der Abbildung auf. Die Dummies sind 18-20m von der Grundlinie entfernt. Teilen Sie 2-8 Angreifer und 2-4 Verteidiger ein.



### Übungsablauf

Spieler A dribbelt den Dummy vor sich an. Zeitgleich löst sich B aus dem Deckungsschatten des Dummies. A und B umspielen den Dummy mit einem Doppelpass. Mit dem Pass von B startet E in das Feld. Damit wird im 2 gegen 1 gespielt. A und B versuchen, einen Treffer auf das Hallentor zu erzielen. Spieler E spielt auf die 3 Mini-Tore.

Das 2 gegen 1 ist beendet, wenn der Ball ins Aus geht, ein Treffer fällt oder E einen Konterangriff durchgeführt hat. Anschließend führen Spieler C, D und F die Übung über die andere Seite identisch durch. A, B, C und D gehen danach auf die Position von B, C, D und A.



## Variationen

Der Dummy wird entsprechend der Abbildung von A und B mit einem Doppelpass umspielt. Anschließend wird wieder im 2 gegen 1 gespielt – A und B gegen E.

## Coaching Tipps

A: „Gegenspieler“ ausreichend binden.

A: mit dem Abspiel einen Tempowechsel durchführen.

B: dem Zuspiel entgegenstarten.

Überzahl zielstrebig ausspielen.

A: scharf in den Fuß von B passen.

## Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

