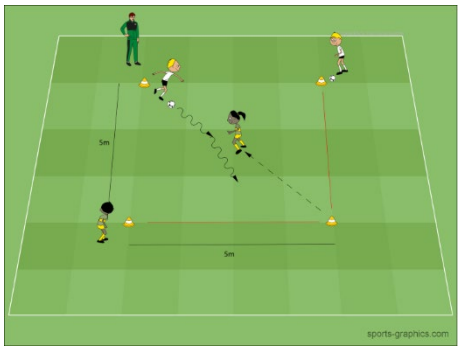
VORARLBERGER FUSSBALLVERBAND
Schlossplatz 1 | 6845 Hohenems

T +43 676 884 773 001 | kinderfussball@vfv.at
https://www.kinderfussball.vfvapps.at

1 VS. 1 IM VIERECK



Altersgrupp(en)

Bambini
U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12

Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit Tricks und Finten

Trainingsform

Übungsform

Organisation:

Feldgröße	**5 x 5 Meter (je nach Leistungsstärke anpassen)**
Material	**4 Hütchen, Bälle**
Anzahl Spieler	**2 pro Mannschaft**
Dauer	**15 Minuten**

Ablauf:

Beide Spieler starten diagonal auf den gegenüberliegenden Hütchen. Der Spieler mit Ball dribbelt mit Tempo in die Mitte und wird vom Verteidiger attackiert (entgegenkommen). Der Stürmer versucht über eine der beiden roten Linien (Linientor) zu dribbeln und sofort danach den Ball zu stoppen! Der Verteidiger versucht diese zu verhindern bzw. den Ball zu erobern.
Tipp zu Beginn: Am Anfang ohne Ball durchführen (Der Verteidiger muss den Stürmer abschlagen).

Varianten:

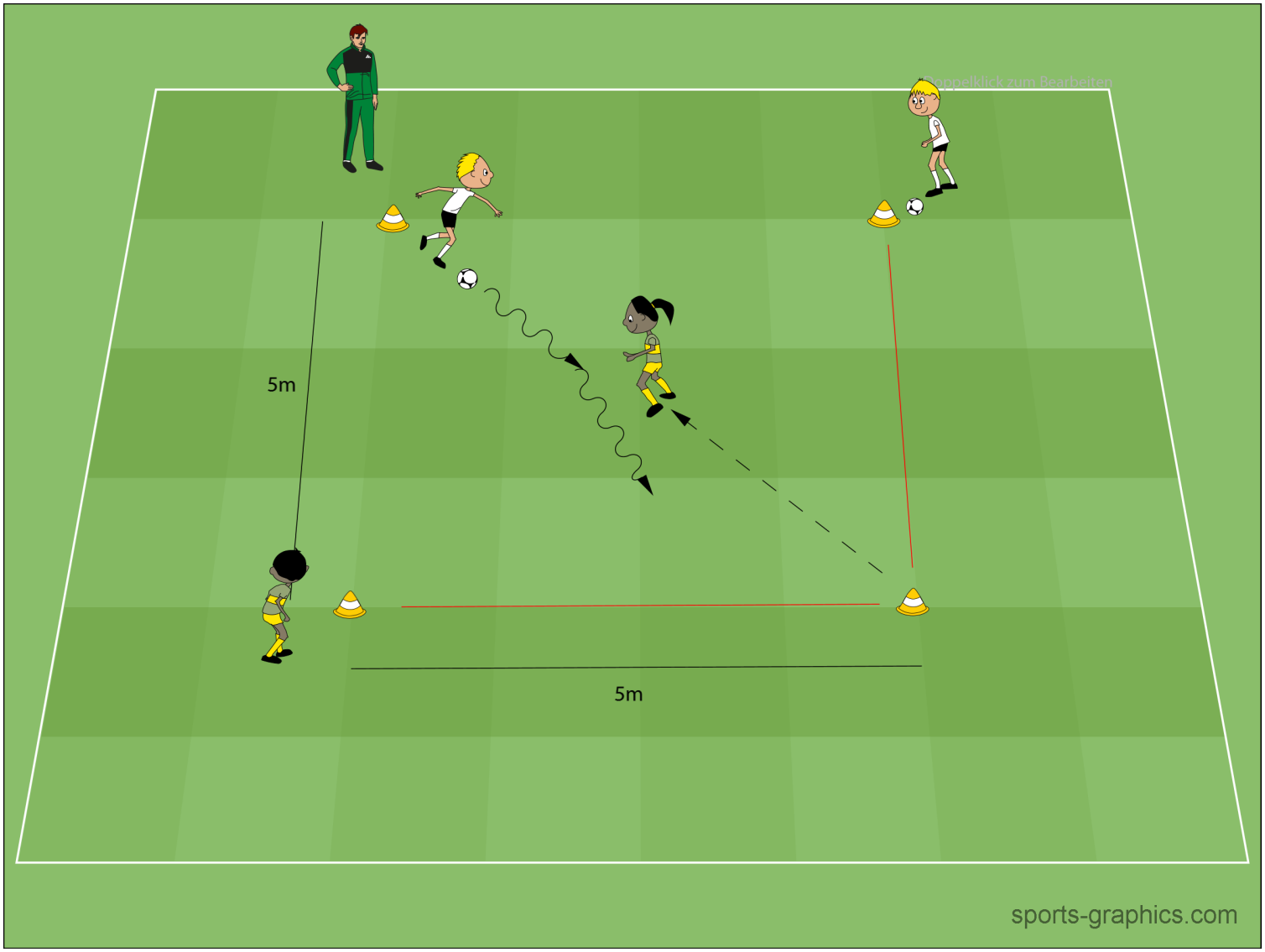
- Mit Gegenkonter - der Spieler dribbelt nach Balleroberung auf die gegenüberliegenden beiden Lienen (Spielform)
- Beide müssen so schnell wie möglich um die 4 Hütchen laufen - Wer nach der Runde zuerst den Ball in der Mitte erobert ist der Angreifer

Coachingtipps:

- Finten einbauen
- Mit Tempo
- Enge Ballführung
- Seitliche Stellung
- Im Bogen anlaufen

VORARLBERGER FUSSBALLVERBAND
Schlossplatz 1 | 6845 Hohenems | T +43 676 884 773 001 | kinderfussball@vfv.at

Ein Projekt des Vorarlberger Fußballverbandes
in Kooperation mit dem Land Vorarlberg



1 VS. 1 IM VIERECK