



Vereinscoaching im
KINDERFUSSBALL

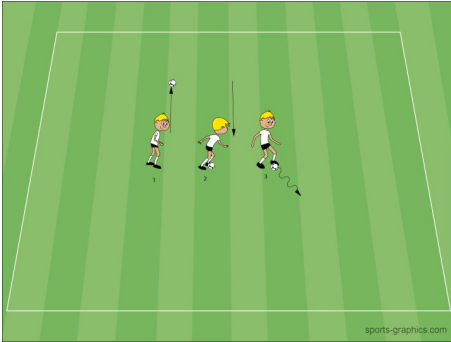
Ein Projekt des
Vorarlberger Fußballverbandes
in Kooperation mit dem Land Vorarlberg







VORARLBERGER FUSSBALLVERBAND
Schlossplatz 1 | 6845 Hohenems


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

BALLANNAHME UND BALLMITNAHME - EINZELÜBUNG




Organisation:

-  *Feldgröße* **ca. 20 x 20 Meter**
-  *Material* **Bälle**
-  *Anzahl Spieler* **Alle**
-  *Dauer* **10 Minuten**

 *Altersgrupp(en)*

Bambini
U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12

 *Basistechnik(en)*

Ballannahme und -mitnahme

 *Trainingsform*

Übungsform

Ablauf:

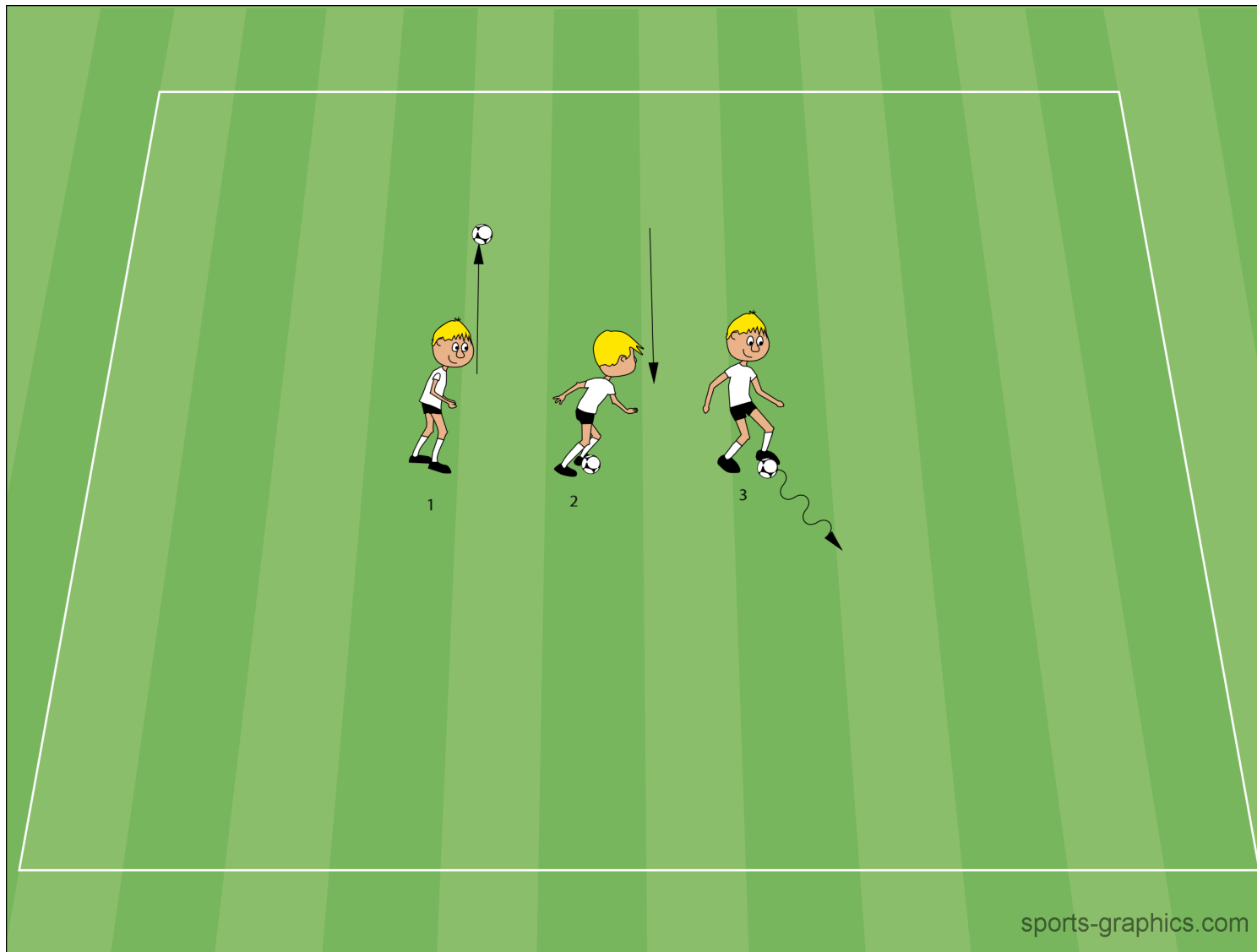
Einzelübungen - Ball in die Luft werfen und im Augenblick des Bodenkontaktes mit der Innenseite bzw. Außenseite "töten" (ein Dach bilden) und ihn sofort nach links oder rechts mitnehmen.

Varianten:

- Mit Torabschluss kombinieren!
- Innenseite
- Außenseite
- Beide Füße trainieren

Coachingtips:

- Sauberes hochwerfen
- Ball so schnell wie möglich unter Kontrolle bringen



BALLANNAHME UND BALLMITNAHME - EINZELÜBUNG