



DRIBBELN DURCH DEN HÜTCHENWALD



Organisation:



Feldgröße **20 x 20 Meter**



Material **10 Stangen, 4 Tore, 4 Hütchen**



Anzahl Spieler **4**



Dauer **15 Minuten**



Altersgrupp(en)

Bambini
U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12



Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit Tricks und Finten



Trainingsform

Übungsform

Ablauf:

Die Spieler Diagonal laufen gleichzeitig los. Ziel ist es durch die Hütchen zu laufen und anschließend auf der Höhe des Hütchen gegenüber auf das Tor abzuschließen

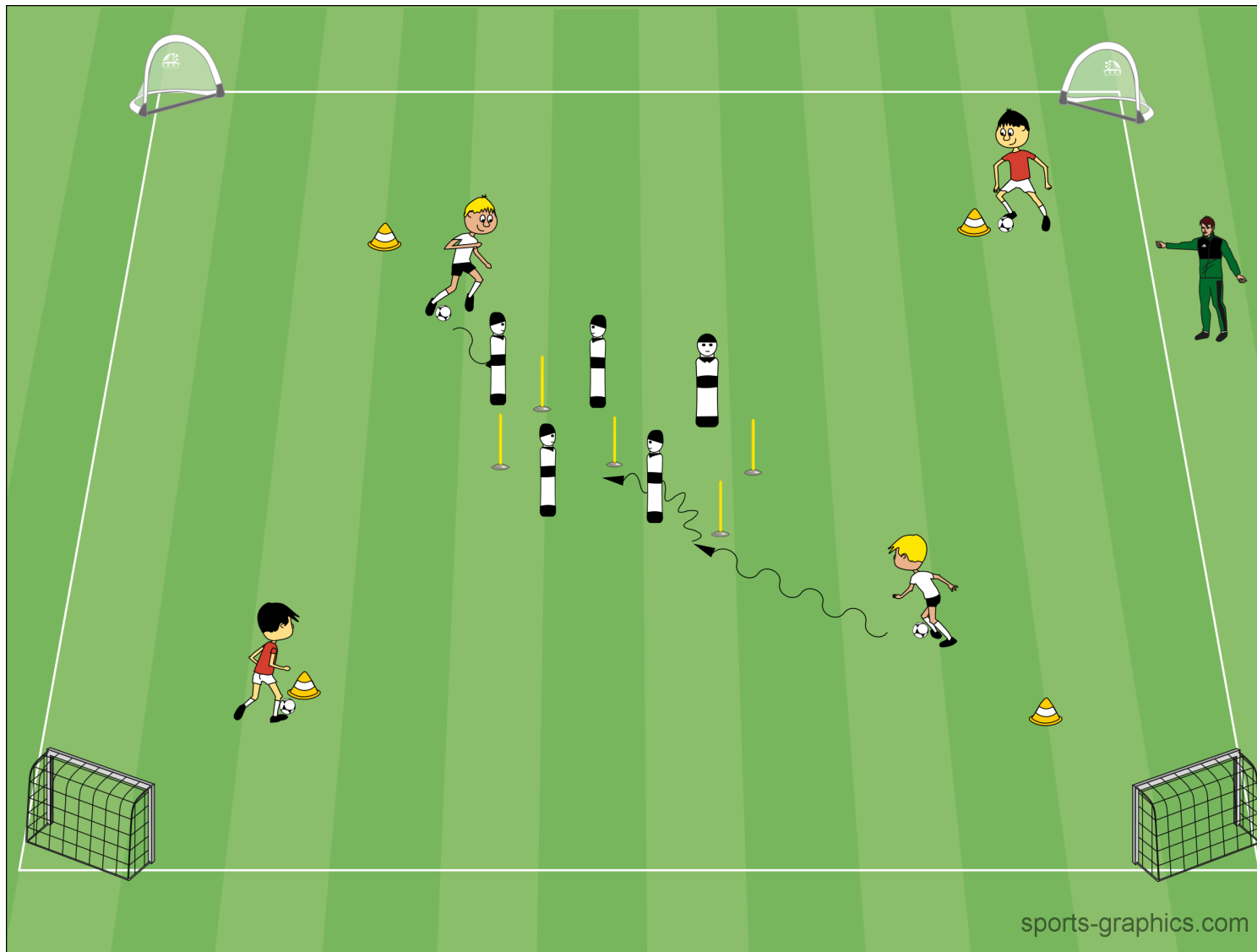
Achtung: in der Mitte nicht zusammenstoßen!!!

Varianten:

- Mit rechts führen, mit links führen, frei führen
- 1 x um eine Stange kappen
- 5 Hütchen umdribbeln, etc.
- (innen/außen)
- Vor dem Hütchen eine Finte einbauen
- Wettkampf: Wer schafft es schneller durch den Hütchenwald zu dribbeln und anschließend ein Tor zu erzielen!

Coachingtipps:

- Ball eng führen
- Blick vom Ball lösen
- Finte einführen bzw. sauber ausführen
- Mit dem Vollspann (leicht außen) geradeaus dribbeln
- Innen- und Außenseite anwenden beim Umdribbeln der Stangen



DRIBBELN DURCH DEN HÜTCHENWALD