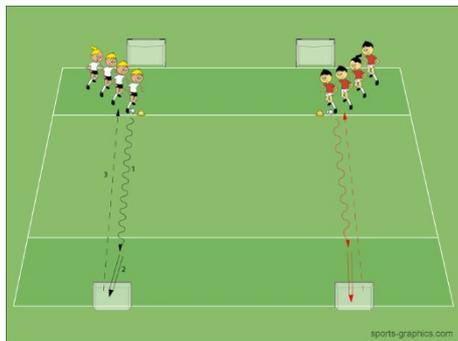




DRIBBELWETTKAMPF (AUSKLANG)



Organisation:



Feldgröße **25 x 20 Meter**



Material **2 Hütchen, 2 Minitore, Leibchen, Bälle**



Anzahl Spieler **8 (je nach Anzahl anpassen)**



Dauer **5 Minuten**



Altersgrupp(en)

Bambini
U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12



Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten



Trainingsform

Übungsform

Ablauf:

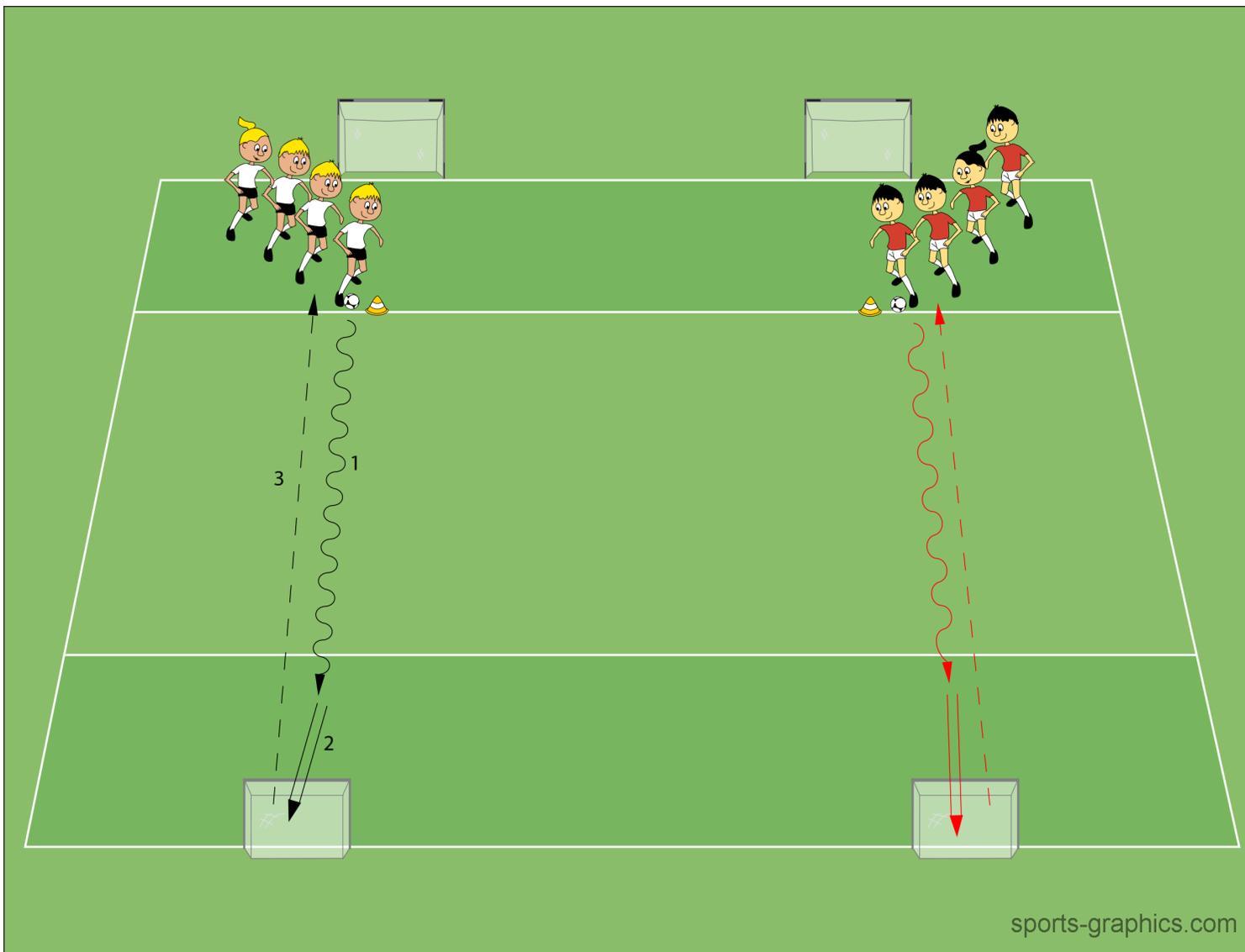
Nach einem Startsignal des Trainers starten jeweils die ersten Spieler mit Ball am Fuß. Ziel ist es so schnell wie möglich in die Endzone zu dribbeln um ein Tor zu erzielen. Nachdem ein Tor erzielt wird, muss er den Ball mit der Hand aus dem Tor holen und so schnell wie möglich wieder zum Startpunkt zurücklaufen. Danach startet der nächste Spieler mit dem Ball am Fuß. Welches Team ist am Schnellsten?

Varianten:

- Mit rechts führen, mit links führen, frei führen
- Mit dem Ball am Fuß zurückdribbeln
- Mit 2 Bällen (1 Ball in der Hand, 1 Ball am Fuß)
- Jedes Tor zählen – Welches Team erzielt die meisten Treffer?

Coachingtipps:

- Ball eng führen
- Blick vom Ball lösen
- Mit dem Vollspann (leicht außen) geradeaus dribbeln
- So schnell wie möglich dribbeln



DRIBBELWETTKAMPF (AUSKLANG)