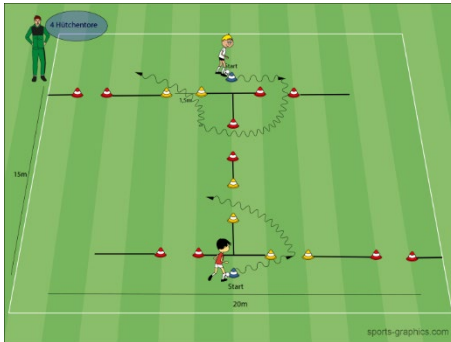








DRIBBELWETTKAMPF DURCH HÜTCHENTORE



Organisation:

-  **Feldgröße** 20 x 15 Meter
-  **Material** 18 Hütchen, Bälle
-  **Anzahl Spieler** 2
-  **Dauer** 10 - 15 Minuten



Altersgrupp(en)

U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12



Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit Tricks und Finten



Trainingsform

Übungsform

Ablauf:

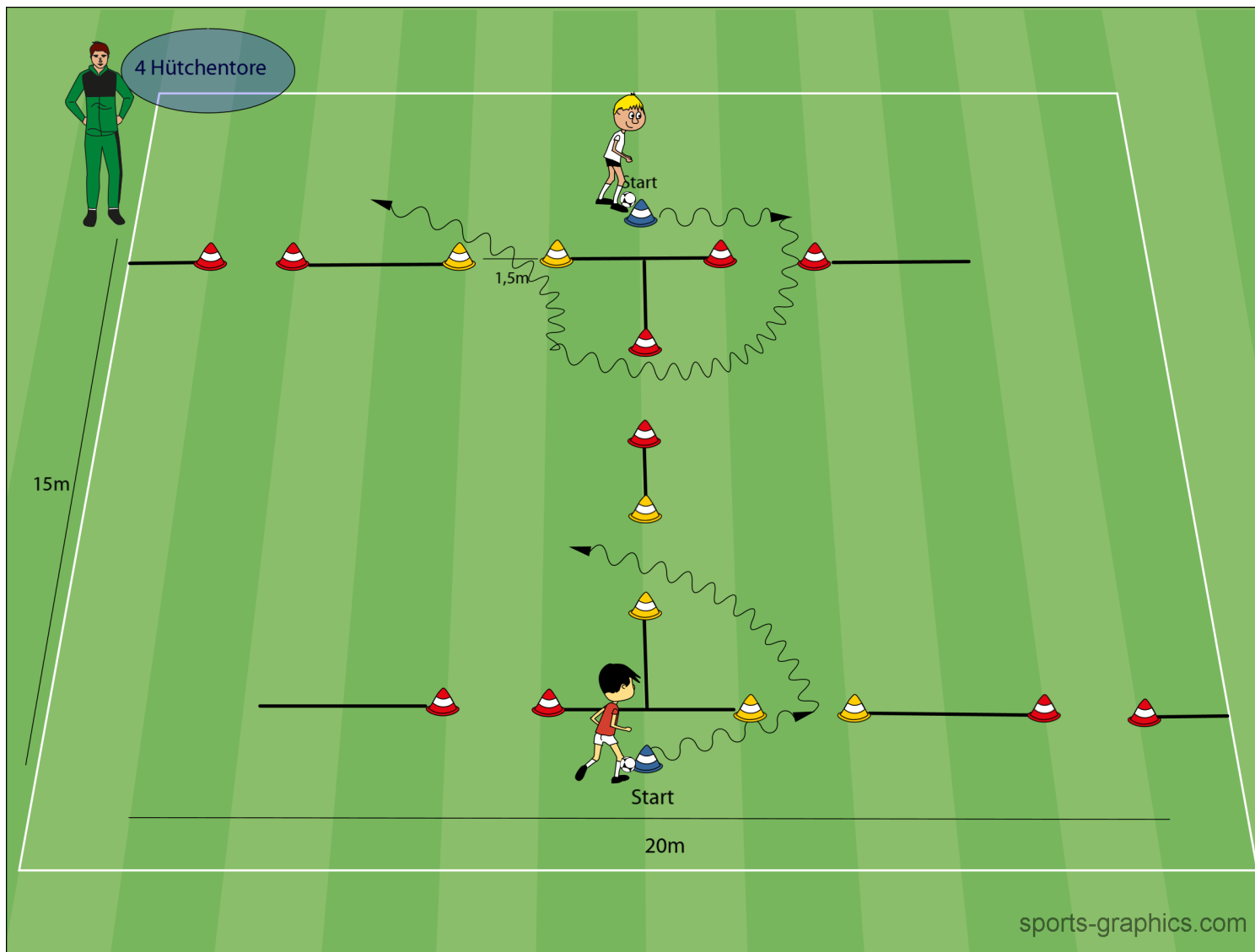
Nach einem akustischen Signal des Trainers (Beispiel: 4 Hütchentore – siehe Bild) startet jeweils ein Spieler der Mannschaft mit Ball und versucht durch die vorgegebenen Hütchentore (Auswahl 1 bis 8) zu dribbeln um anschließend zum Start zurückzukehren! Tore müssen zu Beginn mit lauter Stimme gezählt werden.

Varianten:

- Ohne Ball (am Anfang zum Erlernen der Übung)
- Mit rechts führen, mit links führen, frei führen
- 6 Tore dribbeln ohne 2x mal das gleiche zu nehmen, etc.
- Hütchen umdribbeln (Achter durch ein Hütchentor, etc.)
- Durch das Hütchen eine Finte einbauen
- Hütchentore enger stellen
- Nach Zeit durchführen
- Einzelne Tore mit Verteidiger
- Verschiedene Farben bei den Hütchentore – Trainer gibt vor durch welche Hütchen gedribbelt werden muss
- Wettkampf

Coachingtipps:

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



DRIBBELWETTKAMPF DURCH HÜTCHENTORE