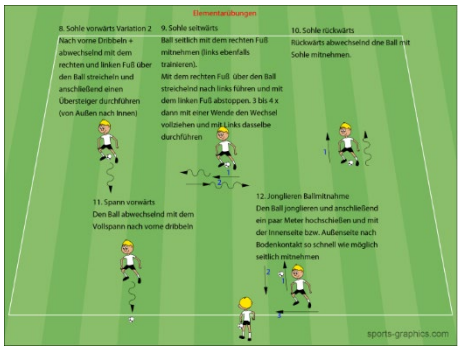
VORARLBERGER FUSSBALLVERBAND
Schlossplatz 1 | 6845 Hohenems

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

ELEMENTARÜBUNGEN 8 - 12



Altersgrupp(en)

U9 und U10
U11 und U12

Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit Tricks und Finten

Trainingsform

Übungsform

Organisation:

Feldgröße	**3 x 3 Meter**
Material	**Verschiedene Bälle**
Anzahl Spieler	**1**
Dauer	**15 Minuten**

Ablauf:

siehe Bild!

Varianten:

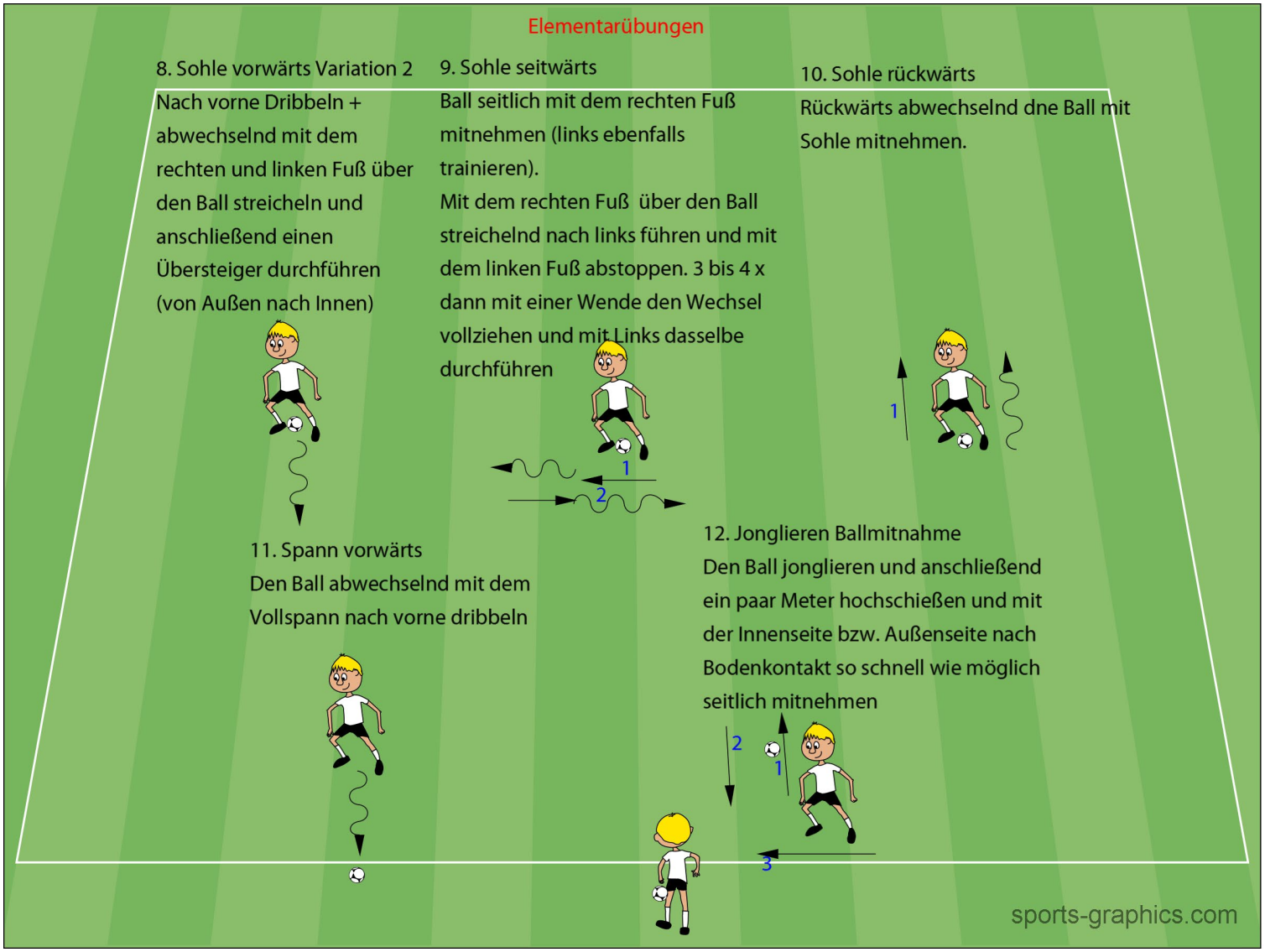
8. Sohle vorwärts Variation 2
9. Sohle seitwärts
10. Sohle rückwärts
11. Spann vorwärts
12. Jonglieren Ballmitnahme2 vs. 1

Coachingtipps:

- Achte auf saubere Ausführung
- Blick vom Ball lösen
- Ballgefühl

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



ELEMENTARÜBUNGEN 8 - 12