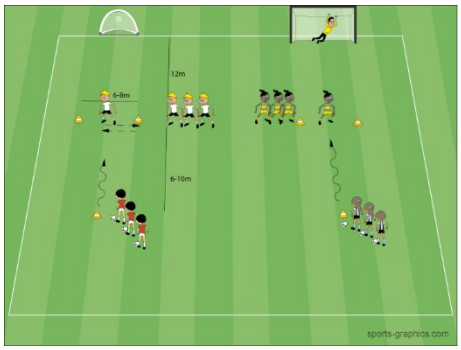
VORARLBERGER FUSSBALLVERBAND
Schlossplatz 1 | 6845 Hohenems

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

1 VS. 1 - IM ZENTRUM



Altersgrupp(en)

U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12

Basistechnik(en)

Ballführung, Dribbling mit Tricks und Finten

Trainingsform

Übungsform

Organisation:

Feldgröße	**20 x 20 Meter**
Material	**6 Hütchen, 2 Tore, Bälle**
Anzahl Spieler	**4 pro Mannschaft**
Dauer	**10 - 15 Minuten**

Ablauf:

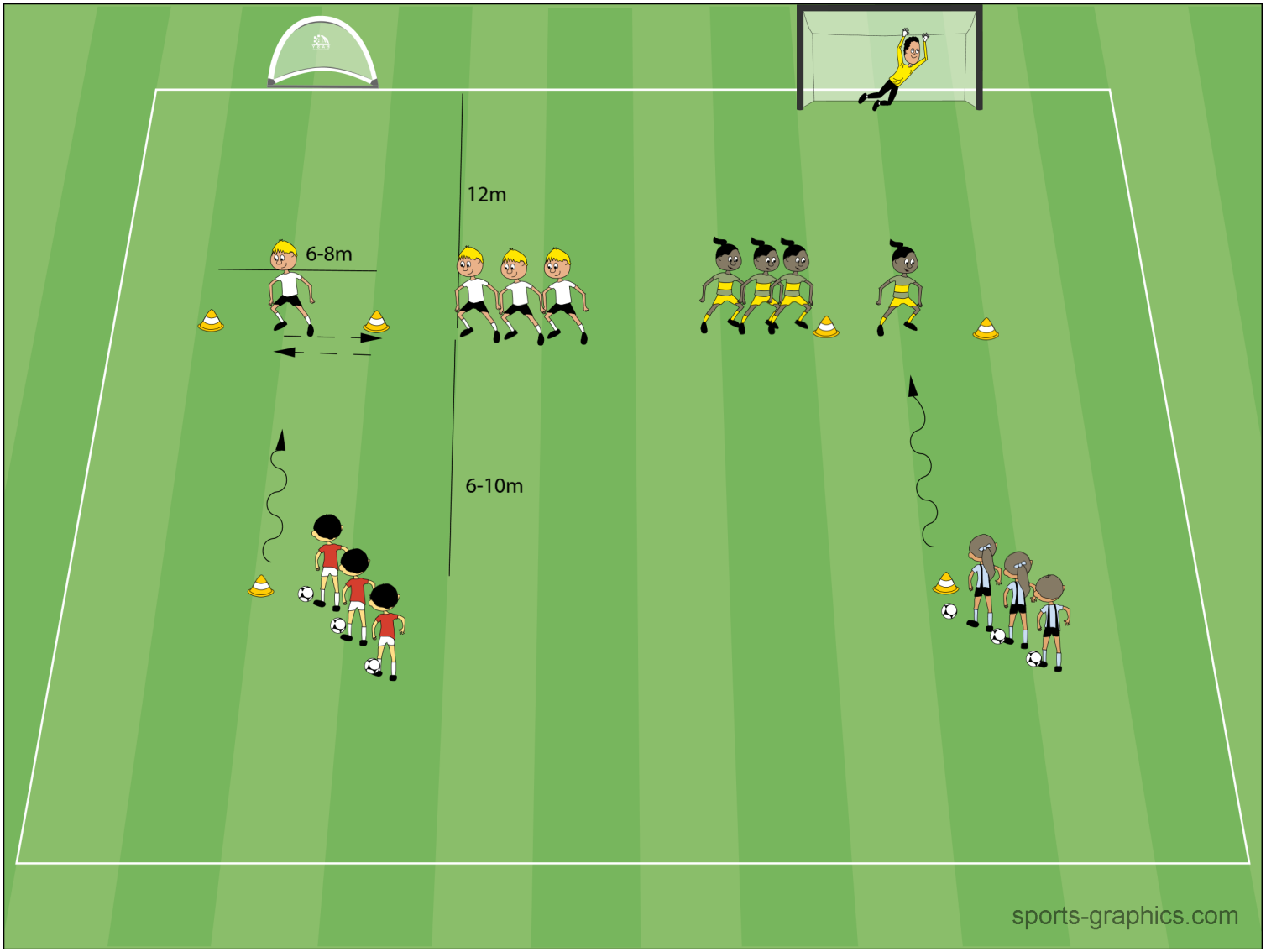
Verteidiger B steht in der Mitte des Hütchentors und eröffnet das Spiel, indem er entweder zum linken oder rechten Hütchen läuft und es mit der Hand berührt.
Zeitgleich mit dem Loslaufen von B darf A andribbeln. A versucht, über die Seite des Hütchentors zu dribbeln, zu der B nicht läuft. B darf nur auf der Linie verteidigen.
Ist die Seite offen, soll A dort durchbrechen. Ist B hingegen schnell zur Stelle, fintiert A und bricht auf der anderen Seite durch. Der Angreifer muss zwischen beiden Hütchen durchribbeln!

Varianten:

- Zuspiel - Prallen lassen
- Mit Torwart auf größere Tore spielen (U9 Tore)

Coachingtipps:

- Reaktion
- Schnelles Dribbeln nach vorne
- Enge Ballführung
- Blick vom Ball lösen
- Finte einbauen



1 VS. 1 - IM ZENTRUM