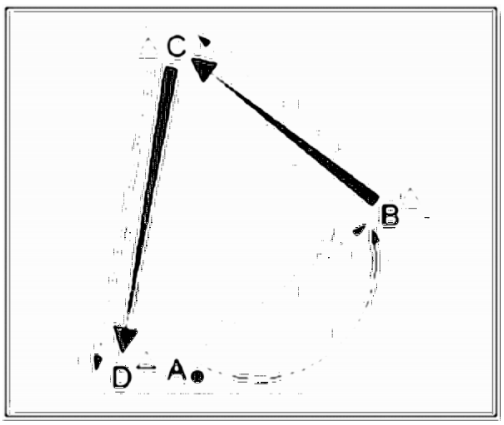
# D-Jugend: T017 (Passen)

90 Minuten · 5 Positionen · D-Jugend · 25.10.2008

1 **Einwurf, Mitnahme und Zuspiel im Hütchendreieck**

10 min · Aufwärmen




**Aufbau:** Mit 3 Hütchen ein großes Dreieck aufstellen.
A und D an ein Hütchen stellen.
B und C an die beiden anderen Hütchen stellen.
Einen Ball an A geben.

A wirft den Ball per Einwurf zu B.
B nimmt den Ball mit und spielt zu C.
C spielt den Ball zu D zurück.
Nach jedem Abspiel läuft jeder Spieler zur nächsten Position.
Hat D den Ball, beginnt er die Übung wieder mit einem Einwurf, sodass der Ablauf ohne Pause weiterläuft und alle nacheinander jede Position im Dreieck durchlaufen.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/aufwaermen/einwurf-mitnahme-und-zuspiel-im-huetchendreieck

2 **Leibchenjagd beim Dribbeln mit drei Jägern ohne Leibchen**

10 min · Hauptteil

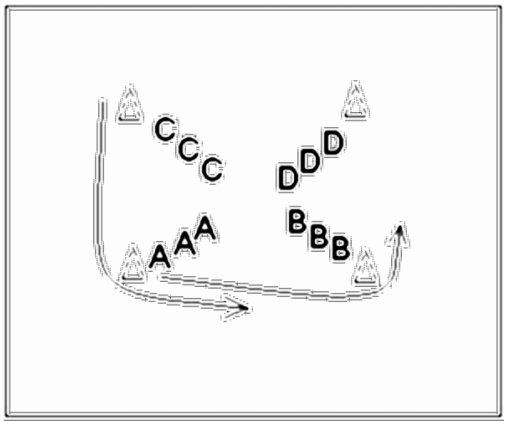
**Aufbau:** Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren.
Jedem Spieler einen Ball geben.
Drei Spieler ohne Leibchen als Jäger bestimmen.
Bei allen anderen ein Leibchen hinten in die Hose stecken.

Der größte Teil des Leibchens hängt dabei heraus.
Alle Spieler dribbeln.
Die drei Spieler ohne Leibchen dribbeln ebenfalls und versuchen dabei, den anderen Spielern ein Leibchen aus der Hose zu ziehen.
Jeder behält seinen Ball.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/koordination/leibchenjagd-beim-dribbeln-mit-drei-jaegern-ohne-leibchen

3 **Staffellauf einmal rund um das Spielfeld**

10 min · Hauptteil




**Aufbau:** Ein 15 x 15 Meter großes Spielfeld abstecken.
Je ein Hütchen an die vier Ecken legen.
4 Gruppen mit je 3 bis 5 Spielern einteilen.
Jede Gruppe ohne Ball an einer Ecke aufstellen.

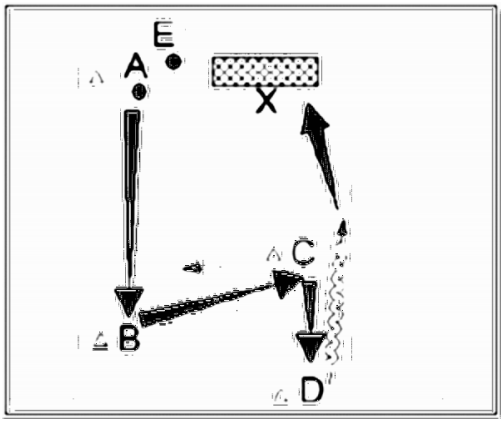
Der Trainer gibt das Startzeichen für alle Gruppen gleichzeitig.
Je ein Spieler jeder Gruppe läuft einmal ganz um das Spielfeld herum.
Danach kommt er zu seinem Platz an der eigenen Ecke zurück.
Steht er wieder dort, startet der nächste Spieler seiner Gruppe.
Gewonnen hat die Gruppe, die als erste wieder vollständig an ihrem Ausgangspunkt steht.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/schnelligkeit/staffellauf-einmal-rund-um-das-spielfeld

---

## 4 Einwurf, Klatschenlassen und Torschuss aus der Tiefe

30 min · Hauptteil




**Aufbau:** Ein Tor mit Torwart aufstellen.
A mit Ball neben das Tor stellen.
B einige Meter vor dem Tor postieren.
C und D mit Abstand frontal vor dem Tor aufstellen.
Hütchen für die Positionen setzen.

A wirft den Ball per Einwurf zu B.
B spielt auf C.
C lässt den Ball auf D klatschen.
Danach läuft C zur Seite, damit D freie Schussbahn hat.
D schießt aufs Tor.
Danach wechseln alle eine Position weiter.

Mit Zeichnung online: fussballuebungen.de/uebungen/zuspiel/einwurf-klatschenlassen-und-torschuss-aus-der-tiefe

---

## 5 Übung nicht überliefert

30 min

Im Alt-Bestand fehlt die Übung Nr. 0.

---

**Material für die gesamte Einheit**

2× Ball · 4× Hütchen · Leibchen · 1× Tor

---

ccp-plan:012d2481-a14e-4a6f-9f65-2cf997001e05@v1 · erstellt mit fussballuebungen.de — 3.370 Fußballübungen, kostenlos
Die Vereinssoftware dahinter: clubcopilot.de