

D-Jugend: T009 (Passen)

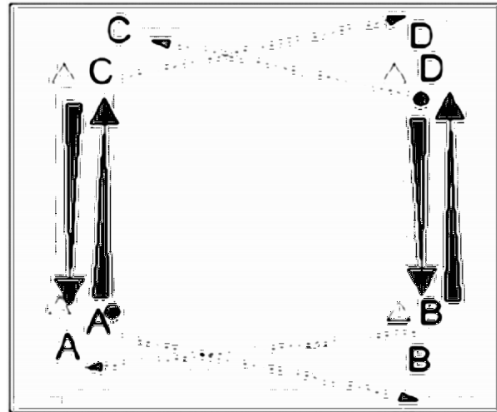
90 Minuten · 5 Positionen · D-Jugend · 27.09.2008

1 Laufweg mit Hütchen im Quadrat — Zuspiel, B-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: 8 Spieler 2 Bälle, 1 abgestecktes Viereck

Jeweils zwei Spieler stehen an einem Hütchen. Der Ball wird längs zur gegenüberstehenden Gruppe gespielt. Danach wird quer zum nebenstehenden Hütchen gelaufen und sich dort hinten angestellt. Beispiel: A spielt zu C und läuft zu B. Gleichzeitig spielt D zu B und läuft zu C.

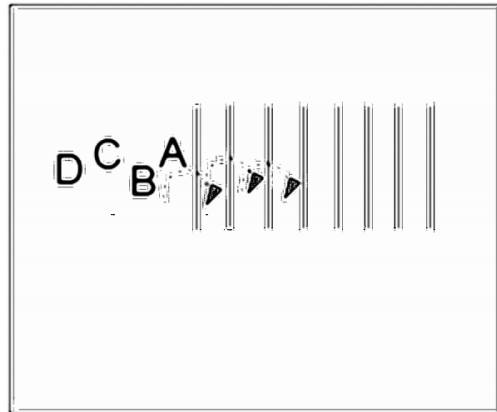


2 Koordinationsleiter — Koordination, B-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: Alle Spieler ohne Ball, Seile

Die Seile werden mit 50 cm Abstand quer hintereinander gelegt. Alternativ kann auch eine Koordinationsleiter benutzt werden. Die Spieler laufen mit einem Bodenkontakt über die Seile. Danach laufen sie neben den Seilen zur Gruppe zurück.



3 Dribbling in Gruppen — Schnelligkeit, C-Jugend

10 min · Hauptteil

Aufbau: 2 Mannschaften, jeder Spieler 1 Ball, 2 Felder

Die Felder liegen mit einem größeren Abstand nebeneinander. Die Mannschaften werden durchnummeriert. Sie dribbeln jeweils in einem Feld. Der Trainer ruft eine Mannschaft auf. Die Spieler dieser Mannschaft lassen ihren Ball liegen und laufen ins andere Feld, um die Bälle der anderen Mannschaft aus ihren Feld zu kicken. Welche Mannschaft schafft das in der kürzesten Zeit ?

