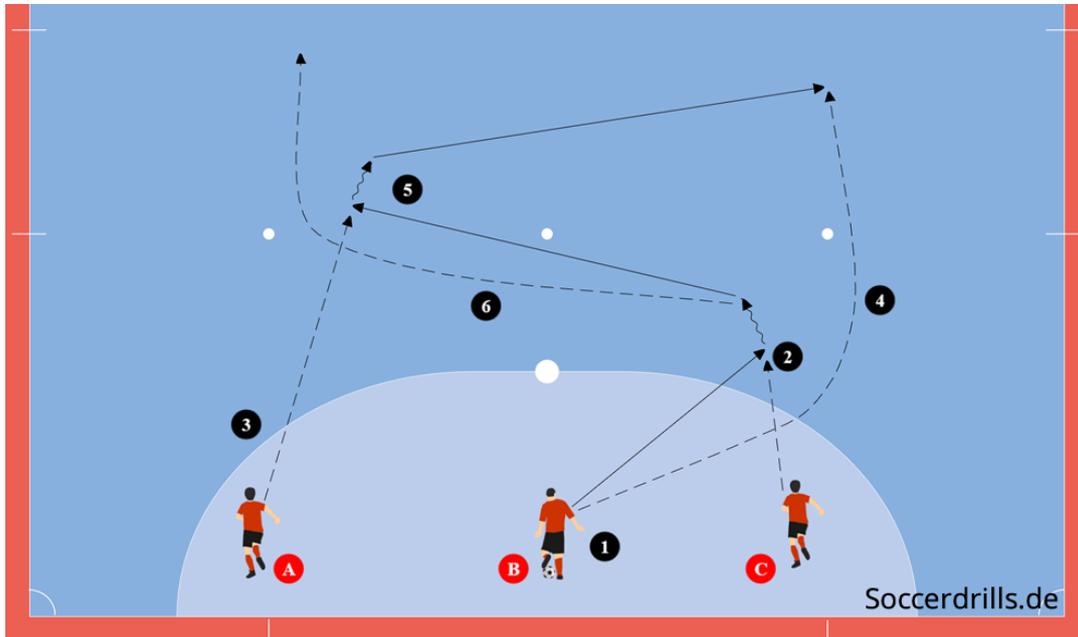


: i hgU!HfU]b]b[ '!DUggYb`i bX`Cf]Yb]Yfi b[  
<U`YbncdZ



#### Organisation:

- Wir benötigen Dreiergruppen, jeweils mit einem Ball.
- Die Spieler werden auf einer Torseite der Halle in einer Linie postiert (siehe Grafik A, B und C), der Spieler in der Mitte hat einen Ball zur Verfügung.
- Geht die Anzahl der am Training teilnehmenden Spieler nicht in Dreiergruppen auf, wird ständig getauscht.

#### Ablauf:

1. Spieler B passt auf den startenden Spieler C.
2. Spieler C kontrolliert den Ball kurz und passt auf die andere Spielfeldseite.
3. Spieler C ist zwischenzeitlich zum Anspiel gestartet.
4. Spieler B hinterläuft Spieler C.
5. Spieler A kontrolliert den Ball kurz und passt auf die andere Seite zu Spieler B.
6. Spieler C hinterläuft Spieler A.  
So geht der Ablauf immer weiter.  
Auf der anderen Hallenseite postieren sich die Gruppen neu. Von dort geht es zurück, wenn alle Gruppen angekommen sind.

#### Varianten:

- Die Abstände der Spieler zueinander werden verringert/vergrößert. Stehen die Spieler sehr eng zueinander (fast Schulter an Schulter), ist der Ablauf eine echte Herausforderung.
- Von der anderen Hallenseite startet immer gleichzeitig eine Gruppe. Gute Orientierung bei den Laufwegen und Pässen ist erforderlich, um Ballverluste zu vermeiden.
- Auf der anderen Feldseite befindet sich ein Tor mit Torhüter. Entsprechend endet der Ablauf möglichst mit einem Torerfolg.
- Nur direktes Passspiel.

#### Trainertipps:

- Fordere deine Spieler immer wieder zu Temposteigerungen im Ablauf auf.
- Bei der Variante mit engen Abstände sollen deine Spieler Lösungen finden, lasse sie kommunizieren.