



## A. Ballbeherrschung IV

### Ballbeherrschung Intensivtraining

Soccerdrills - Ballgefühl - 001 (4 Videos online)

#### Organisation

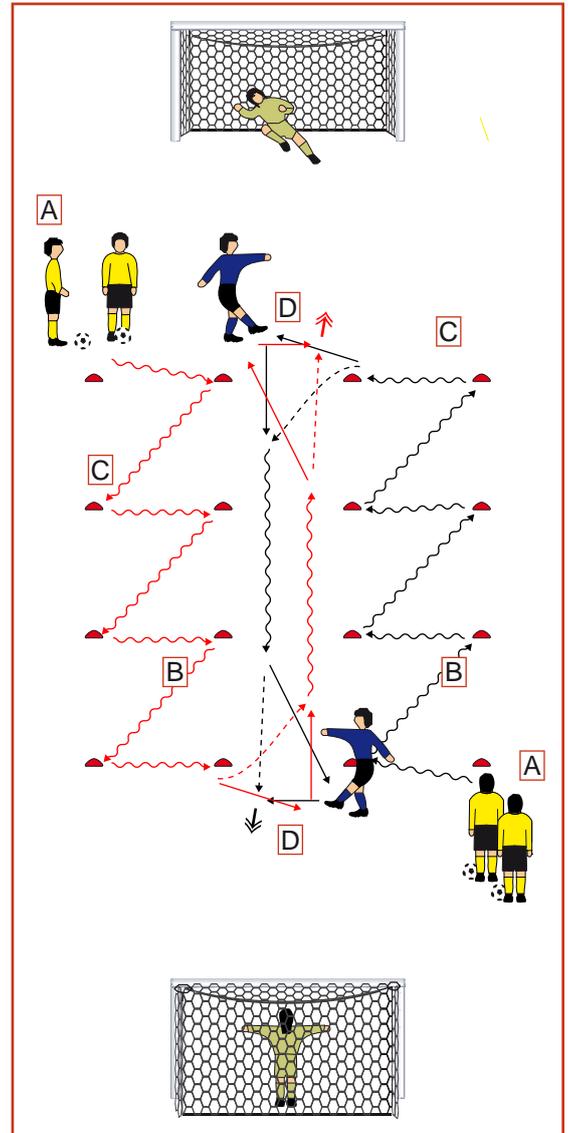
- 16 Bodenmarkierungen werden als Rechteck/Quadrat ausgelegt. Der Abstand zueinander sollte dabei mindestens 5 Meter betragen. Die aufgestellten Tore können auch durch Minitore ohne Torhüter ersetzt werden.

#### Beschreibung

- A** Die Spieler starten an den äußeren Markierungen ins Dribbling.
- B** Es geht immer diagonal und anschließend direkt zur nächsten Markierung.
- C** Im Parcours werden Technikaufgaben ausgeführt (siehe: Varianten).
- D** Am Ende der Bahn passen die Spieler zum Anspieler und erhalten den Ball zurück. Anschließend Ballkontrolle, Dribbling, Pass zum nächsten Anspieler, Rückpass und Torschuss.

#### Ablauf -Varianten

Beachte die Varianten unter „Ballbeherrschung I bis III“!



Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					