



## A. Warm Up

### Magisches Feld

Soccerdrills - Dribbling - 059a

#### Organisation

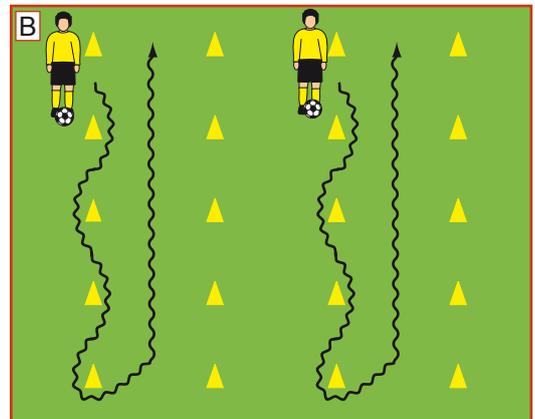
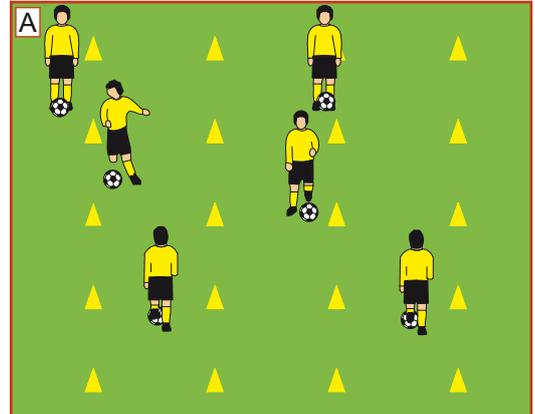
- Wir bauen vier Hütchenreihen mit jeweils fünf Hütchen auf. Es entsteht ein Hütchenfeld, welches unzählige Variationen ermöglicht. Lasse deiner Fantasie freien Lauf, es gibt unzählige Dribbelstrecken.

#### Beschreibung

- A** Die Spieler werden in zwei Gruppen eingeteilt. Am ersten Hütchen der ersten Reihe wird eine Gruppe postiert. Am ersten Hütchen der dritten Reihe befindet sich das zweite Team. Am Ende des Hauptteils können Zweikämpfe durchgeführt werden, wähle die Abstände entsprechend.

#### Ablauf -Variationen

- B** Die ersten Spieler jeder Gruppe dribbeln im Slalom durch das Hütchenfeld und anschließend durch die Hütchenbahn in die Startgruppe zurück.



**Wettkampf und Beidbeinigkeit  
nicht vergessen!**

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