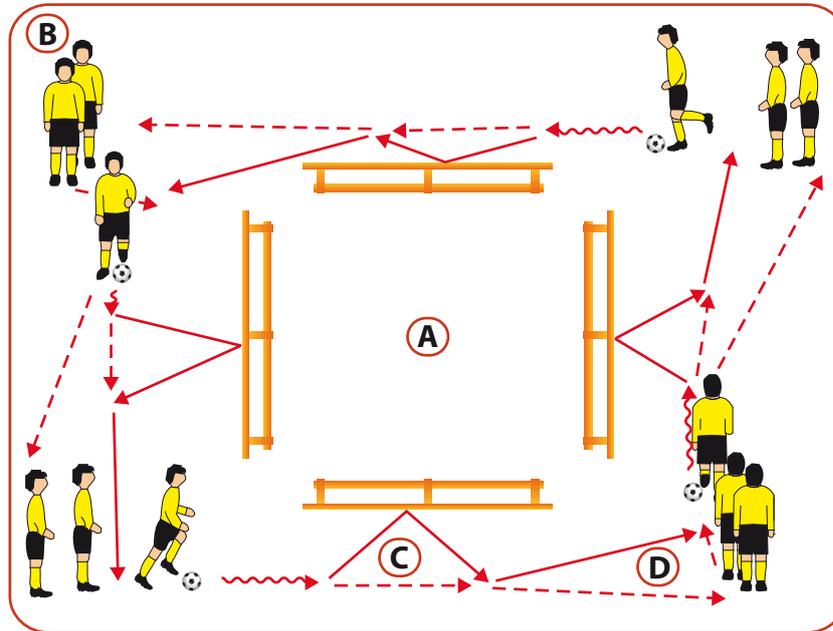




## Passkreislauf

Soccerdrills.de



- (A)** Wir bauen ein Quadrat aus Bänken, die Sitzflächen zeigen nach außen. Auf Lücken achten!
- (B)** An jeder Ecke des Quadrates postieren wir eine Gruppe, die Startspieler haben einen Ball.
- (C)** Nach kurzem Dribbling passt der Spieler gegen die Bank.
- (D)** Der abprallende Ball wird sofort an den ersten Spieler ohne Ball in die nächste Gruppe weitergeleitet. Anschließend folgt der Passgeber dem Ball und schließt sich der Gruppe an.

### Variationen:

- Jeder Spieler umdribbelt das gesamte Quadrat, mit Pass gegen jede Bank (Wettkampf!).
- Ablauf im Uhrzeigersinn.
- Verfolgungsjagd! Wer wird eingeholt?

### Tipp:

- Begrenze einen Mindestabstand zu den Bänken mit Markierungen.

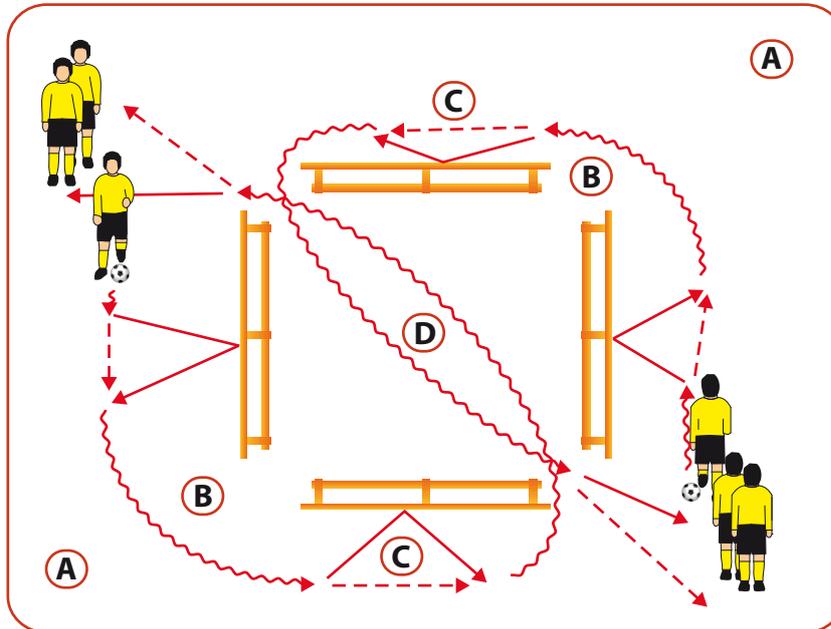
Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					

→ Pass  
  → Laufweg  
  → Dribbling  
  → Torschuss  
  → Wendetechnik



## Passkreislauf

Soccerdrills.de



- A** Die Gruppen oben rechts und unten links haben wir, wegen der Übersichtlichkeit, weggelassen.
- B** Die Spieler dribbeln ums Quadrat.
- C** An zwei Bänken wird jeweils ein Doppelpass ausgeführt.
- D** Nach der zweiten Bank, dribbeln die Spieler durch die Lücke auf die gegenüberliegende Seite und übergeben den Ball jeweils an den nächsten Spieler ihrer Gruppe.

### Variationen:

- Der Ball wird bereits aus dem Zentrum des Quadrates in die Gruppe gepasst.
- Ablauf im Uhrzeigersinn.
- Unbedingt einen Wettkampf durchführen.

### Tipp:

- Begrenze einen Mindestabstand zu den Bänken mit Markierungen.

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

→ Pass  
  → Laufweg  
  → Dribbling  
  → Torschuss  
  → Wendetechnik