

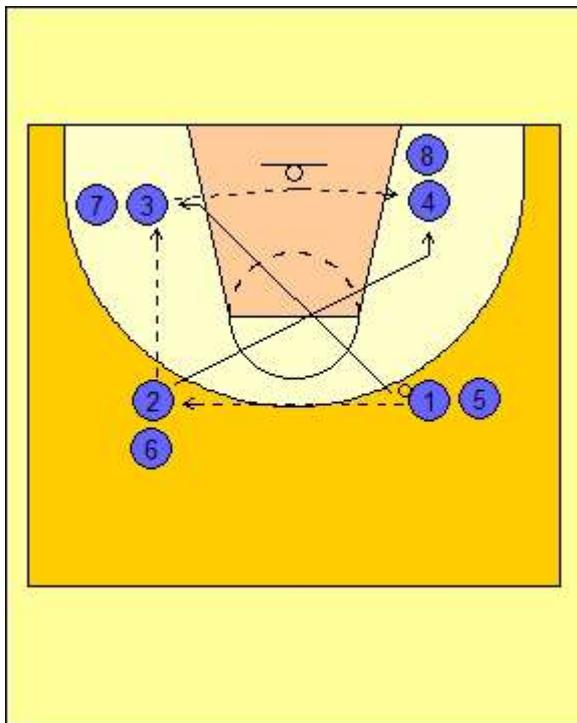


## NaCorner- Pass- and Defense-Drill

<b>Spieler (optimal)</b> 8	<b>Spieler (min./max.)</b> 8/10	<b>Altersklasse</b> U12	<b>Bälle</b> 1	<b>Körbe</b> 0
-------------------------------	------------------------------------	----------------------------	-------------------	-------------------

### Übungsbeschreibung:

- Die Spieler stehen an den Eckpunkten eines etwa 4x4 m großen Quadrats. Ein Spieler O1 hat den Ball und passt diesen zum nächsten Spieler rechts oder links (hier O2).
- Anschließend läuft er diagonal zur Ecke zu O3, um den Pass zu diesem Spieler zu erschweren, usw.
- Der Ball darf nach dem Start immer nur im oder gegen den Uhrzeigersinn gepasst werden.



### Variation

- keine

### Lerneffekt/ Ziel der Übung

- Ziel: Verbesserung des Passes gegen durch von der Defense

### Organisation/ Bemerkungen:

- keine

### Durchführung in Trainingsphase:

### Enthält folgende Elemente:

Warm up	Warm up2 (2. Übung)	Mitte	Ende	Cooldown	Dribbling/ Ballhandling	Passen/ Fangen	Lay up	Wurf	Kond.	Koord.	Defense	Spiel
		X				X					X	