



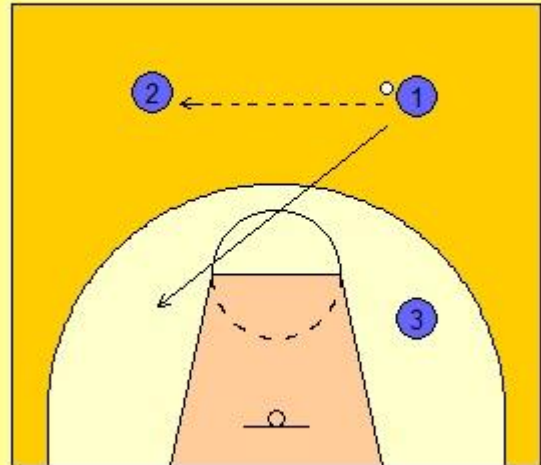
Viereckspassen

Spieleranzahl: 3 Spieler je Gruppe

Benötigte Hilfsmittel: je Gruppe einen Ball

Übungsablauf:

- Die 3 Spieler einer Gruppe stellen sich an 3 der gedachten Ecken eines Vierecks auf. Ein Spieler hat den Ball.
- Aufgabe: Der Spieler passt den Ball zu einem der anderen beiden Spieler und läuft selber in die freie Ecke des Vierecks

**Variation**

- Passarten ändern: Brustpass, Bodenpass, Überkoppass
- Passen mit der schwachen Hand
- Abstand im Viereck erhöhen

Lerneffekt/ Ziel der Übung

- Passen und bewegen

Organisation/ Bemerkungen:

- Auf kreuzende Laufwege aufmerksam machen
- Es sollen genaue fest gespielte Pässe umgesetzt werden.

Durchführung in Trainingsphase:

- Warm-up
- Mittelteil

Altersklassen:

- Ab U10

Enthält folgende Elemente:

- Passen und laufen