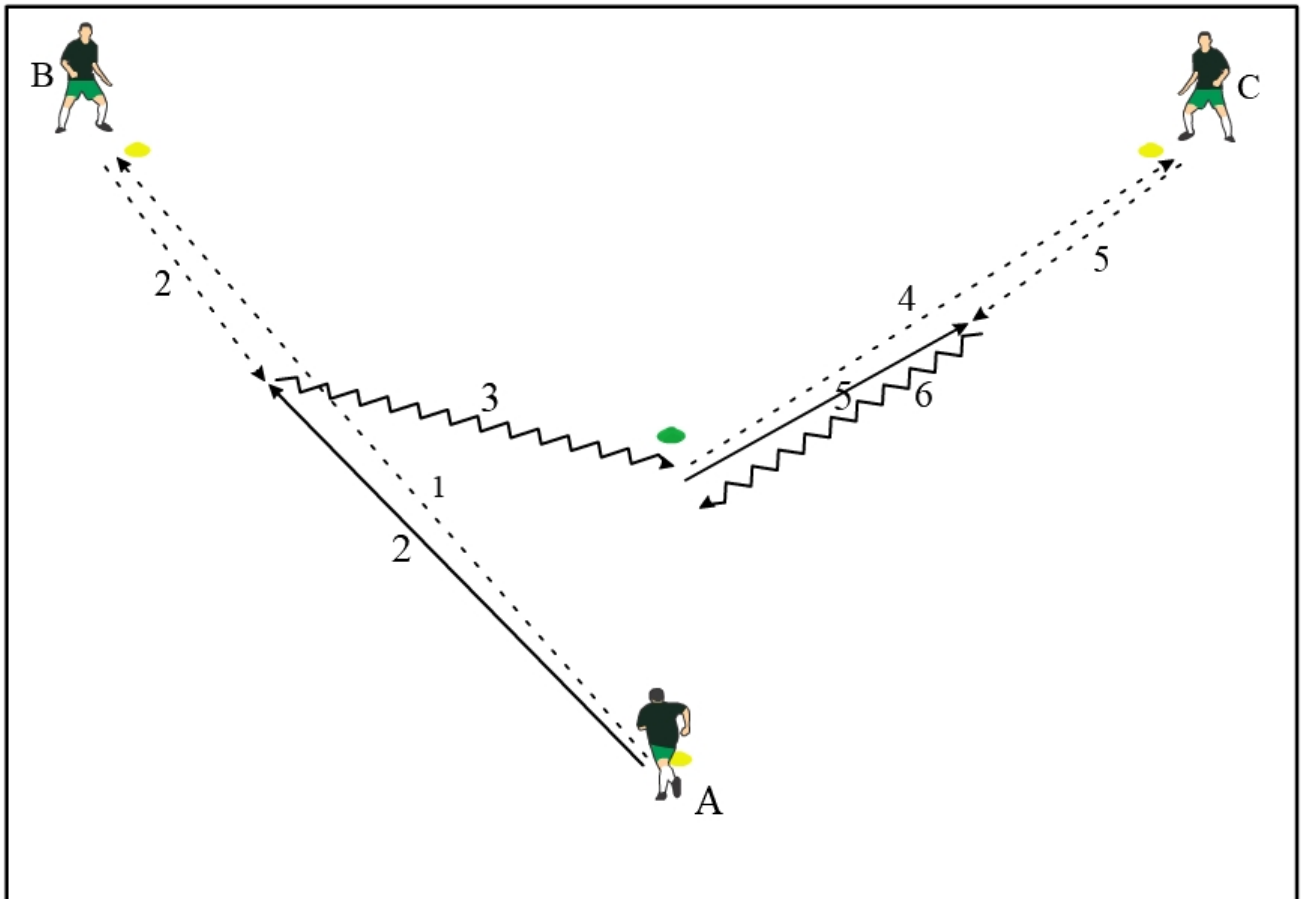
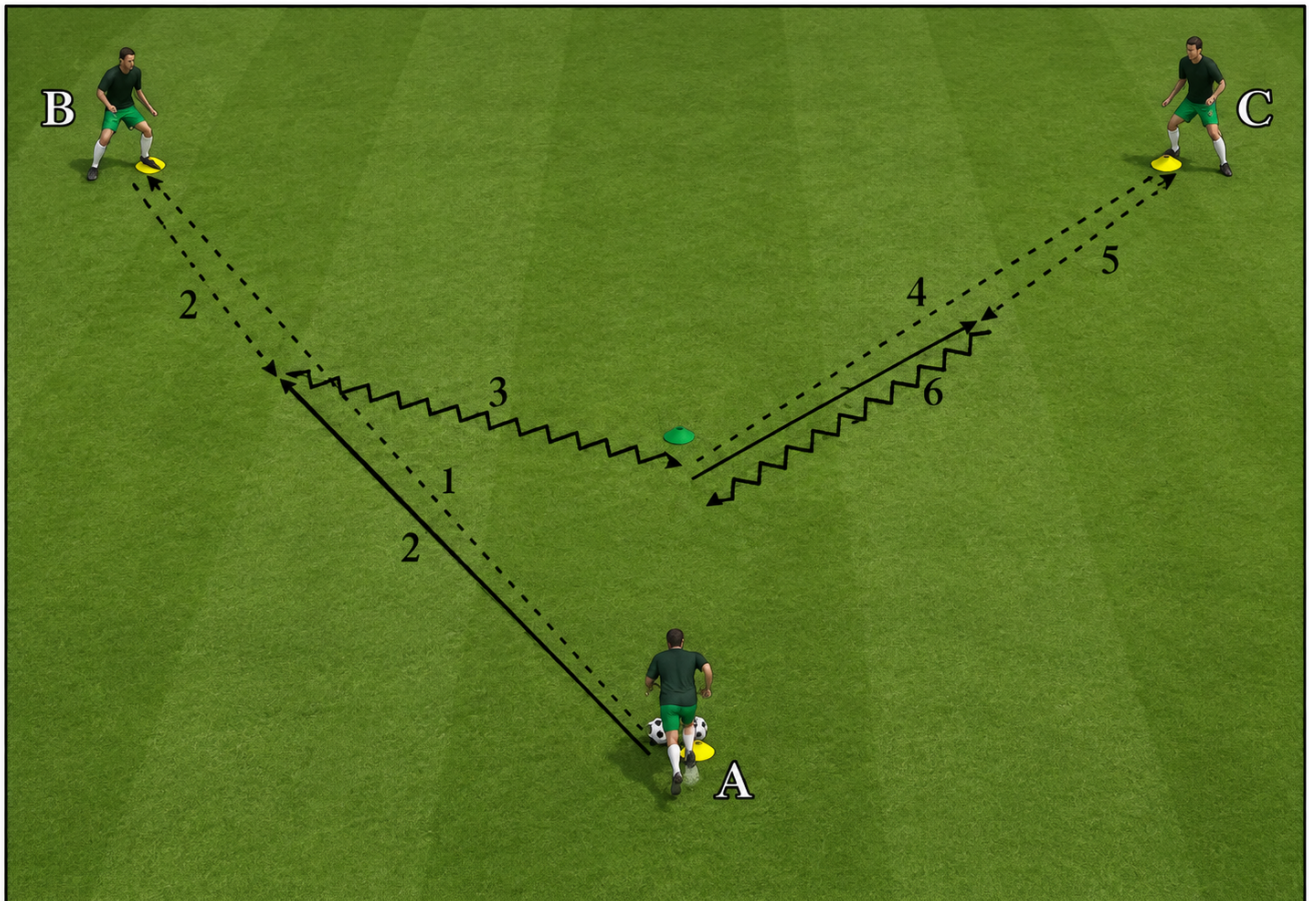


Passdreieck für 1 Spieler

2D-Ansicht



3D-Ansicht



Man baut ein Dreieck mittels Hütchen auf und postiert an jedem dieser Hütchen einen Spieler. Ein weiteres Hütchen (hier grün markiert) legt man ca. 5 m entfernt von Position A ab. Anstelle des Hütchens kann man auch eine Stange dafür nehmen, damit der Spieler A ein Gefühl dafür bekommt, einen Gegenspieler vor sich zu haben.

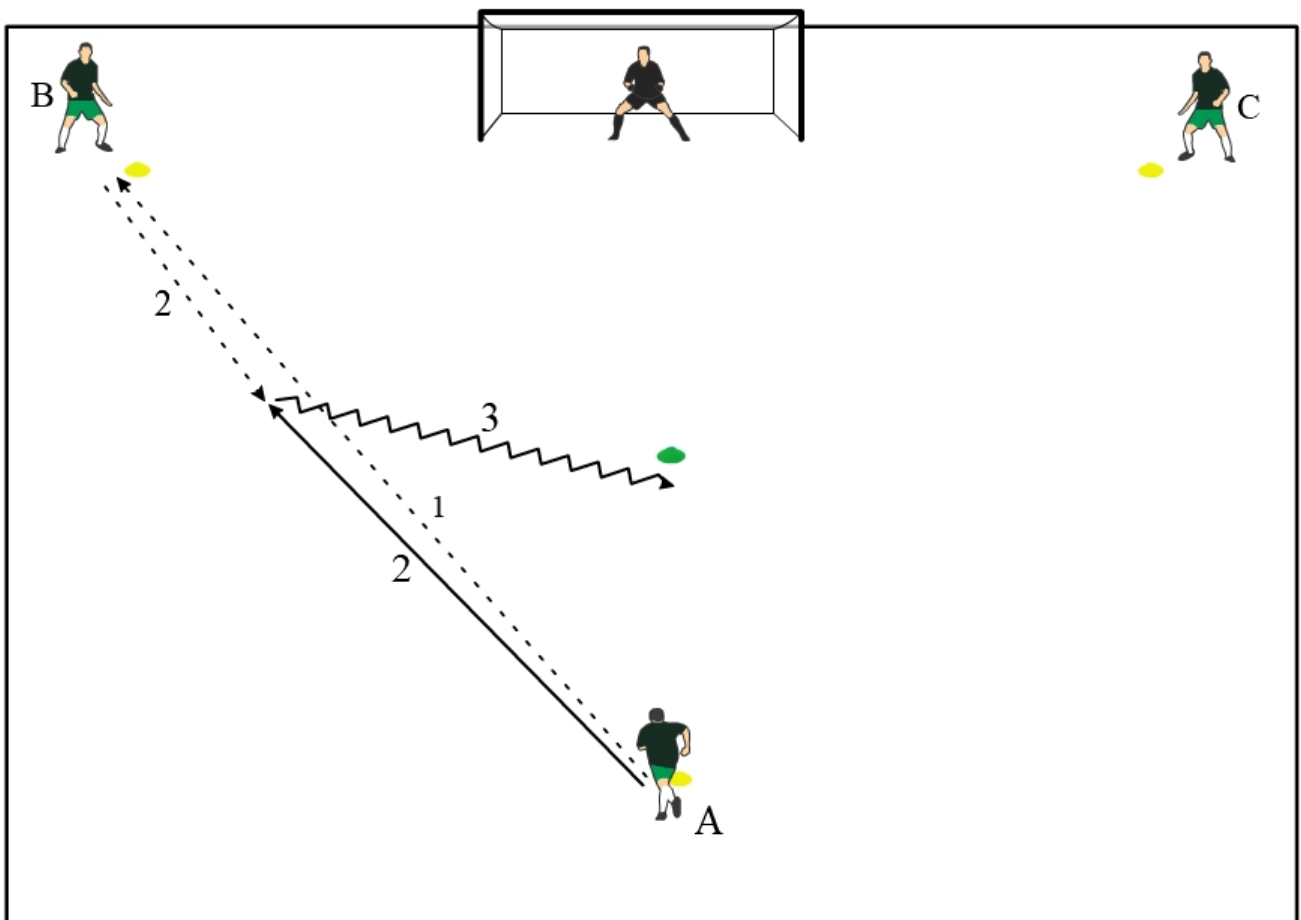
Der Spieler an Position A hat den Ball und spielt einen druckvollen Pass auf B, der den Ball sofort klatschen lässt. A ist seinem Zuspieler hinterher gestartet und nimmt den Doppelpass in Richtung grünes Hütchen in vollem Tempo mit. Sobald er an dem grünen Hütchen vorbei ist, spielt er einen druckvollen Pass zu C, der den Ball wiederum sofort klatschen lässt usw.

Hier ist also zunächst einmal nur Spieler A in Aktion und B und C müssen die zugespielten Bälle nur klatschen lassen. Nach einigen Durchgängen werden die Positionen getauscht.

Hinweise für den Trainer

- Die Pässe sollen immer druckvoll sein.
- Der Spieler A soll den Ball in höchstem Tempo mitnehmen.
- Entweder nimmt A den Ball nach dem Doppelpass mit B mit der linken Innenseite oder mit der rechten Außenseite in Richtung grünes Hütchen mit.

Erweiterung zur Torschussübung



Die gesamte Übung kann man dahingehend abändern, dass Spieler A sich eine der beiden Seiten (B oder C) aussucht und nach dem Passieren des grünen Hütchens einen Torschuss abgibt.

Dafür muss man die Übung natürlich zentral vor dem Tor aufbauen und das Tor logischerweise mit Torhüter besetzen.