

Trainingseinheit der E/D-Junioren

1. Spielerischer Auftakt: Technikschiulung

1. 3 Vierecke ca. 20mx20m

2. Hauptteil: 3 Stationen

Station 1: Doppelaktion (re u.li)

?? Übersteiger mit Torabschluss

?? Kopfball nach Zuwurf

Skizze 1

Station 2: Einfachaktion (re u. li)

?? Ballan- und mitnahme mit anschließendem Matthews

Skizze 2

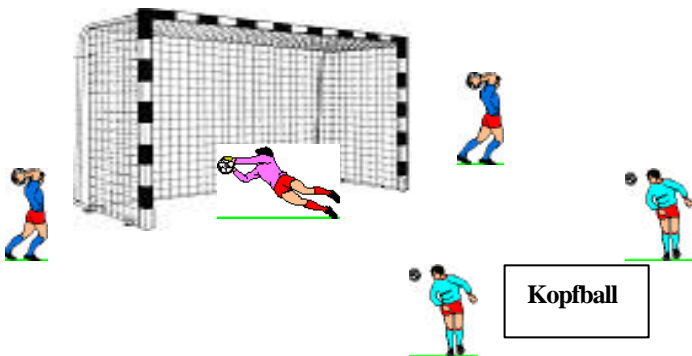
Station 3: Doppelaktion (re u.li)

?? Hüthendribbling mit anseh. Doppelpass und Direktabnahme

Skizze 3

3. Schluss: Spiele im Kleinfeld!

Skizze 1



Alle ÜF werden über die rechte und linke Seite gespielt!

Skizze 2



Skizze 3

