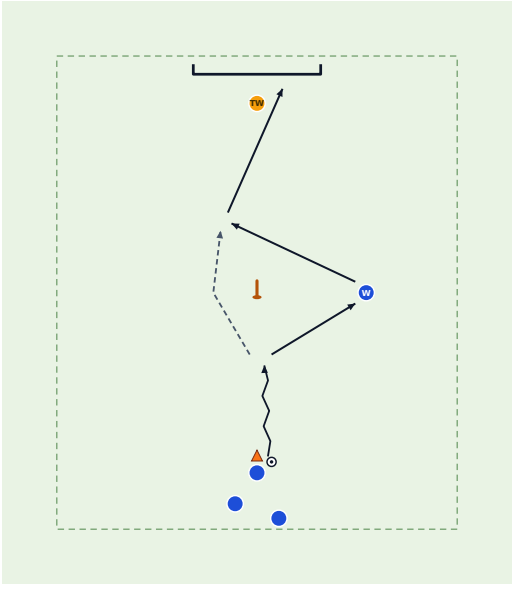
TRAININGSKARTE U25 HAUPTTEIL · 15 MIN

Doppelpass mit Abschluss

E-Jugend

Passspiel | Schusstraining | Taktik | Ballkontrolle | Beidfüßigkeit | Ballan- und -mitnahme



Team A | Team B | Ball | Hütchen | Pass / Schuss | Laufweg | Dribbling

Doppelpass mit Abschluss

> Der Angreifer spielt einen Doppelpass mit einem Wandspieler, umläuft dabei eine Stange als Gegnerersatz und schließt anschließend direkt aufs Tor ab.

1. Der Angreifer dribbelt vom Starthütchen mit Tempo auf die Stange zu.
2. Etwa drei Meter vor der Stange flacher Pass zum Wandspieler.
3. Sofort an der Stange vorbei in den freien Raum starten – der Laufweg beginnt vor dem Rückpass.
4. Der Wandspieler legt mit einem Kontakt in den Lauf zurück, nicht in die Füße.
5. Der Angreifer nimmt den Ball mit und schließt aus etwa 10 m ab.
6. Rotation: Angreifer wird Wandspieler, Wandspieler reiht sich hinten ein.
7. Nach 6 Minuten die Seite wechseln, damit beide Füße drankommen.

Material	Hütchen, Bälle, Tore, Stangen
Ziel	Den Doppelpass als Mittel zur Überwindung eines Gegners verstehen: abspielen, bevor der Gegner erreicht ist, und sofort explosiv an ihm vorbeistarten.
Dauer	15 Minuten

Spaß ★★★★☆ Anstrengung ★★★★☆ Schwierigkeit ★★★★☆