

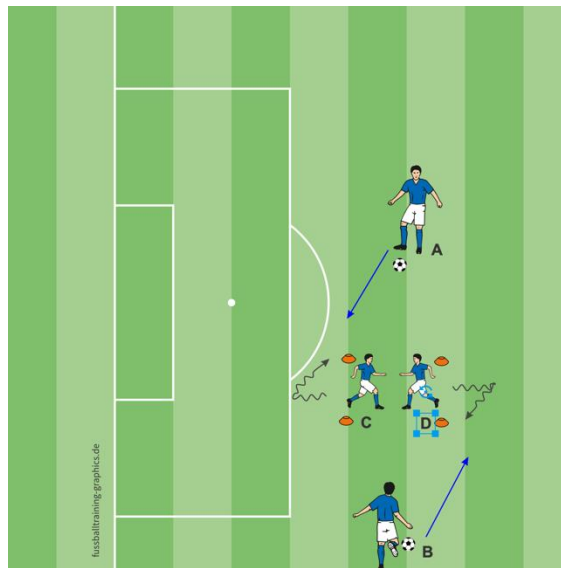
## Passing Rondo in 4er Gruppe

ca. 15min

Diese Form lässt sich ideal auch mit geringer Trainingsbeteiligung durchführen. Hier lassen sich die Schwerpunkte „passen“ und „erster Kontakt“ gut trainieren.

### Aufbau:

- 4 Hütchen gemäß Abbildung markieren (3m\*3m)
- Länge max. 20m;



### Ablauf:

- Die Spieler C und D klatschen in der Hütchen Zone ab und lösen sich aus der Zone.
- Die Spieler A und B starten gleichzeitig mit dem Anspiel zu C und D, die in offener Stellung den Ball annehmen und mit einem präzisen Ball die Seite verlagern.

### Coaching:

- Auftaktbewegung
- Darauf achten, dass die Spieler erst nach erfolgtem Blickkontakt zum Mitspieler zuspieren, da alles gleichzeitig (parallel) laufen soll
- Zuspiele möglichst mit dem zweiten Kontakt weiterpassen

### Variation:

- Die Spieler an den Starthütchen mit Auftaktbewegung
- Spieler C und D lösen sich aus der Hütchen Zone in beide Richtungen

Viel Spaß beim „nachtrainieren“ wünschen die Trainer und SpielerInnen des Förderzentrum Nord.