

# Passlinienspiel

**Link:** <https://fussball-heimtraining.de/passen/>

**Kategorie:** Passen

---

## Organisation:

Du benötigst vier Gegenstände/Hütchen, welche du als jeweils zwei Linien aufbaust. Die Linien sind etwa 2 Meter lang etwa 4-7 Meter voneinander entfernt. Zusätzlich benötigst du einen Partner. Hier können Mama, Papa oder Geschwister sicher einspringen.

## Ablauf:

Startposition ist jeweils knapp einen Meter hinter der Hütchenlinie. Euer Partner spielt euch einen Pass zu, du setzt deinen Kontakt rechts oder links am Gegenstand vorbei und spielst den Ball zurück. Je nach Aufgabenstellung löst sich euer Partner zur Seite oder bleibt hinter den Hütchen stehen. Die Übung kann auf Zeit und auf Wiederholungen gespielt werden.

**Coachingpunkte:** achte darauf, dass

- du den Ball in die Bewegung mitnimmst, um ihn spielbar zu halten
- du die Fußspitzen anziehst bei Kontakten mit der Innenseite („Dach bilden“)
- du die Fußspitzen nach innen eindrehst bei Kontakten mit dem Außenrist
- du gute Winkel (etwas hinter den Hütchen stehen) bildest, um deine Kontakte setzen zu können
- du beim Passen den Ball in der Mitte triffst

## Varianten:

Variante 1: Innenseite-Kontakte zur Seite, Pass long-line flach

Variante 2: Außenrist-Kontakte zur Seite, Pass long-line flach

Variante 3: Innenseite-Kontakte zur Seite, Pass diagonal durch die Hütchen

Variante 4: Außenrist-Kontakte zur Seite, Pass diagonal durch die Hütchen