

Fussball – J+S-Kindersport: Kategorie F – Dribbeln wie Lionel Messi

Während dieses Training soll Luisa mit dem Ball am Fuss schnell die Richtung wechseln. Im Hauptteil dieses Trainings werden kurze Matches 5 gegen 5 und 1 gegen 1 gespielt.

Trainingsbeispiel: [Kategorie F – Dribbeln wie Lionel Messi](#) (pdf)



Quelle: Raphael Kern, Verantwortlicher Kinderfussball SFV, Knäbel Peter, Technischer Direktor SFV, Bruno Truffer, J+S-Fachleiter Fussball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO