

Training & Wissen online

Die Technikschiilung steht im Mittelpunkt!

Warum nicht auch mal Futsal spielen? Diese Frage haben Sie sich vielleicht auch schon gestellt, denn es sprechen viele gute Gründe dafür. Der Futsal-Ball hat ein für die Halle ideales Sprungverhalten, wodurch fußballspezifische Abläufe sehr viel effektiver geschult werden können als mit dem Hallenball.

Zudem entspricht das Spiel ohne Bande den Anforderungen des Spiels 'draußen', und durch die Spielfeldmaße sind wichtige Eigenschaften wie Handlungsschnelligkeit oder Antizipation gefordert. Die vielen Ballkontakte durch die wenigen Spieler sind weitere gute Argumente. In Ländern wie Brasilien oder Spanien ist Futsal fester Bestandteil jeder Juniorenausbildung.

Auf Training & Wissen online haben wir weitere Infos zum Futsal-Ball und dem Spielfeld für Sie aufbereitet. Zusätzlich finden Sie exklusive Trainingsformen zu den Bereichen Aufwärmen, Technik, Taktik und Kondition. Probieren Sie es aus, solange die Hallensaison noch läuft!

Mehr: <http://www.training-wissen.dfb.de/>