

KOPF HOCH METHODE LERNEN FÜR DAS SPIEL

Das Kre-Go Fußball-Technik-Trainingsystem

Perfekte Ballverarbeitung erlernen - ohne Blick auf die
Füße und Beine

Die **KOPF-HOCH-METHODE** als **ÜBERSICHTSSCHULUNG** ermöglicht das Spiel lesen zu können, d. h. Mitspieler, Gegner und Spielablauf sind immer im Blickfeld (Peripheres Sehen)!

Im Fußballsport, ist es notwendig, die perfekten Fuß-Techniken bereits im Kindesalter ab ca. 9 Jahren zu trainieren und nachhaltig zu festigen!

Zusammenfassung

Erster Schritt: Die Grund-Fuß-Technik, also das Spielen des Balles mit der Fußinnenseite und dem nach unten gestreckten offenen Rist, mit dem Gesamtsystem zu lernen und festigen.



Zweiter Schritt: Den Hüftgurt mit Ball an der Schnur weggeben und nur mehr mit dem System üben



Fuß-Ball-Technisches Training in der Bewegung bis hin zum Trainingsspiel durchführen, bis die KOPF-HOCH-Methode stimmt.

Dritter Schritt: Spielen-Üben- Spielen bis die Kinder nicht mehr merken, dass sie mit dem System trainieren - Ziel erreicht!