

14

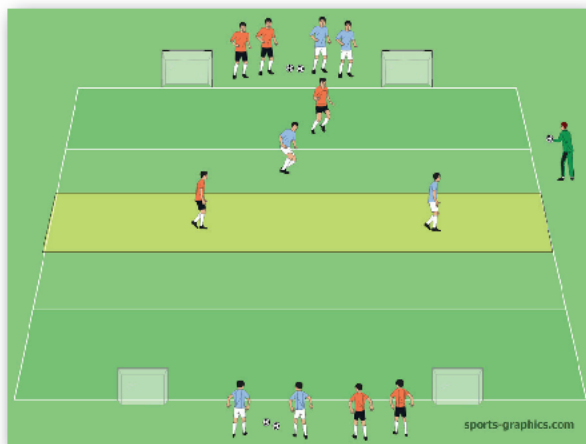
Hauptteil

Trainingshilfen

- Hütchen
- Leibchen
- 4 Mini Tore
- ausreichend Bälle

Organisation

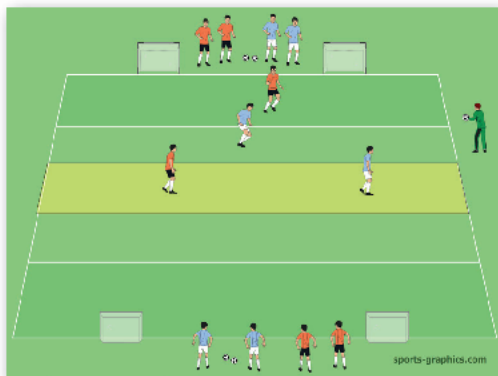
Aufbau eines Funino Spielfeldes (30m x20m – Minifußball) mit einer Mittelzone. Einteilen von 2 Teams und Aufstellen gemäß Abbildung.



Übungsablauf

Der Trainer wirft den 1. Ball ins 1 gegen 1 ein. Aufgabe ist es den eigenen Spieler in der Mittelzone anzuspielen, wenn dies gelingt dreht der Spieler in der Mittelzone in die gegenüberliegende Spielhälfte auf und der Passgeber läuft in die Mittelzone. Der Verlierer im 1 gegen 1 läuft aus dem Spielfeld und stellt sich an der Grundlinie an. So wie der Spieler aufdreht darf ein Verteidiger ins das Feld starten. Der Spieler mit Ball muss in die Torschusszone dribbeln um ein Tor erzielen zu können. Angriffsrecht hat nur der Spieler

mit Ball der aus der Mittelzone kommt, wenn der Verteidiger den Ball erobert versucht er seinen Spieler in der Mittelzone anzuspielen. Wenn der Spieler mit Angriffsrecht ein Tor erzielt, kommt sofort ein neuer Spieler mit Ball vom anderen Team ins Feld und der Spieler mit Torerfolg ist Verteidiger. Bei Ausball wird ein Ball von der Grundlinie eingespielt. Die Spieler in der Mittelzone dürfen sich nicht gegenseitig attackieren.



Variationen

Coaching Tipps

Achten Sie auf die offene Spielstellung und den Auslöser des Spielrichtungswechsels!

Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

