

25

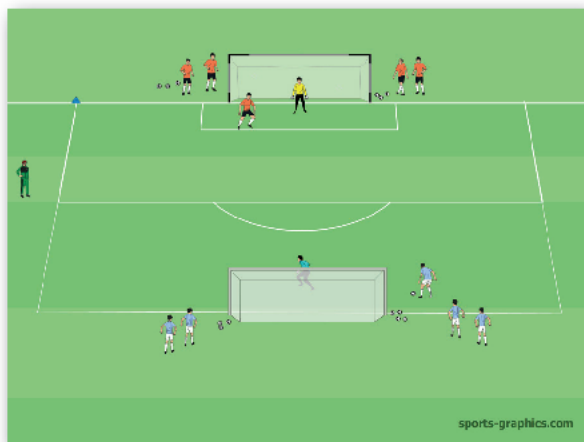
Schlussstil

Trainingshilfen

Hütchen
2 Großfeldtore
Leibchen
ausreichend Bälle

Organisation

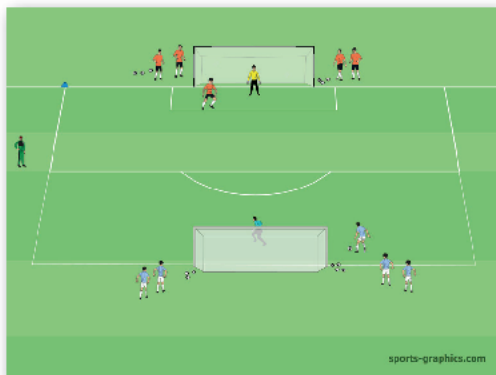
Einteilen von 2 Teams und Aufstellen gemäß Abbildung.



Übungsablauf

Es wird immer ein 1 gegen 1 gespielt. Der Ablauf ist immer am Anfang Stürmer, danach Verteidiger und danach raus aus dem Spiel. Der 1. Stürmer wird ausgelöst. Auf ein Signal vom Trainer startet das Spiel.

Wenn der Stürmer abschließt mit dem Ballkontakt oder der Verteidiger den Ball berührt oder der Ball ins Aus geht, ist das Spiel vorbei, von der verteidigenden Mannschaft kommt ein neuer Stürmer mit Ball ins neue Spiel. Nach 4 Minuten endet eine Halbzeit, es werden 4 Halbzeiten gespielt.



Variationen

Es darf erst in der gegnerischen Hälfte auf das Tor abgeschlossen werden.

Coaching Tipps

Achten Sie auf den Impuls des 's' - Sagen Sie den Spielern, dass Sie eine feste Reihenfolge erstellen sollen, wer als nächstes ins Spiel geht!

Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

