

26

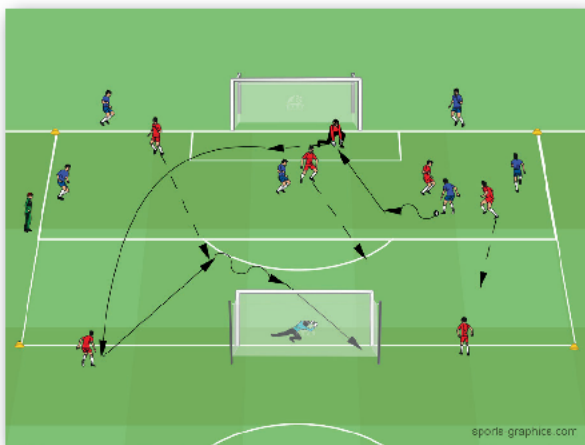
Schlussteil

Trainingshilfen

- 4 Markierungshütchen
- 2 Großfeldtore
- Leibchen in 2 Farben
- 12-16 Fußbälle

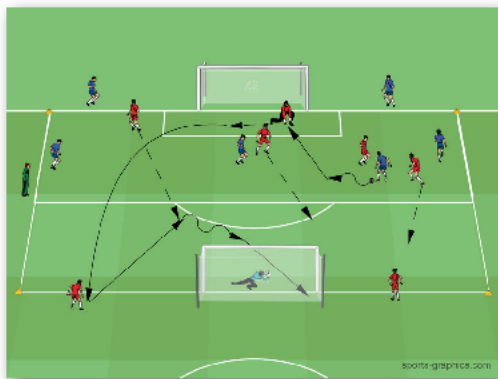
Organisation

- Ein Spielfeld in der Größe eines doppelten Strafraums aufbauen. 2 Teams mit jeweils 5 bis 7 Spielern und 2 Torhüter einteilen.

**Übungsablauf**

2 Spieler je Team positionieren sich als Anspieler links und rechts neben dem gegnerischen Tor. Die Anspieler sind auf 2 Ballkontakte beschränkt. Die restlichen Spieler spielen innerhalb des markierten Feldes gegeneinander. Treffer dürfen nur erzielt werden, wenn alle Feldspieler des eigenen Teams in der gegnerischen Hälfte sind. Nach Ausbällen und Treffern bringen die Torhüter einen neuen Ball ins Spiel.

Diese dürfen das Spiel auch mit einem Abwurf zu den Anspielern eröffnen bzw. fortsetzen.



Variationen

Die Anspieler dürfen nur direkt spielen.

Nach Treffern und gehaltene Bälle müssen die Torhüter mit einem Abwurf zu dem Anspielern fortsetzen.

Coaching Tipps

Torhüter: Das Spiel zügig fortsetzen.

Nach Balleroberungen zügig das Spiel in die Tiefe suchen.

Zügig in die gegnerische Hälfte nachschieben.

Anspieler: aus dem Deckungsschatten der Gegenspieler lösen.

Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

