

# 11

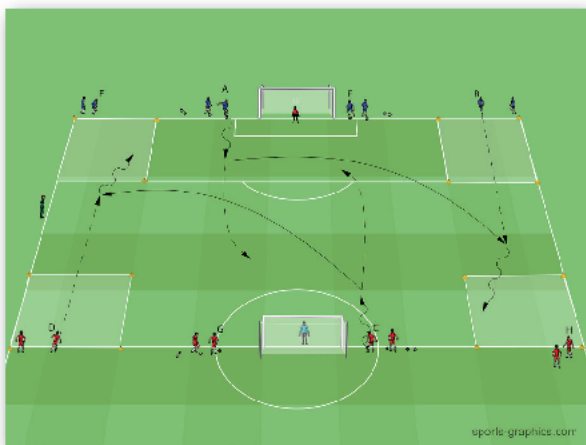
## Hauptteil

### Trainingshilfen

- 16 Markierungshütchen
- 2 Großfeldtore
- 1 Slalomstange
- 16 Leibchen (je 8 in einer Farbe)
- Ausreichend Fußbälle

### Organisation

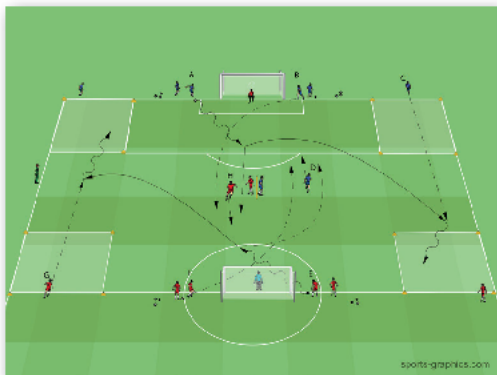
Die Übung entsprechend der Abbildung aufbauen. 4 Zielfelder zwischen Strafraumkante und Seitenauslinie aufbauen. 2 Teams einteilen – 8 gegen 8 plus 2 Torhüter.



### Übungsablauf

Die Spieler positionieren sich gemäß der Abbildung. Auf Startsignal des Übungsleiters dribbeln Spieler A und C an. Zeitgleich starten Spieler B und D in Richtung der gegenüberliegenden Zielfelder. Spieler A und C spielen einen Flugball in den Lauf von Spieler B bzw. D. Diese dribbeln in das Zielfeld und spielen eine Eingabe auf ihre Mitspieler. Spieler A und C müssen die Flanke direkt verwerten.

Das Team, welches zuerst ein Treffer erzielt, gewinnt den Durchgang. Im Anschluss wird über die andere Seite gespielt.



## Variationen

Die Ereingabe muss aus der Luft abgeschlossen werden.

Positionieren Sie die Spieler gemäß der Abbildung. Spieler A und E dribbeln an, werden von B bzw. F hinterlaufen und spielen dann einen Flugball auf C bzw. G. Diese dribbeln in die Zielfelder und spielen eine Eingabe auf die beiden einlaufenden Mitspieler. Spieler D und H agieren vor dem eigenen Tor als Verteidiger.

## Coaching Tipps

Spieler A und C: Laufweg des Mitspielers beobachten.

Lange auf die Flanke warten und dann im hohen Tempo einlaufen.

Flugball mit Unterschnitt und ohne Effet spielen.

Flugball zügig flach machen.

## Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

