

## 13

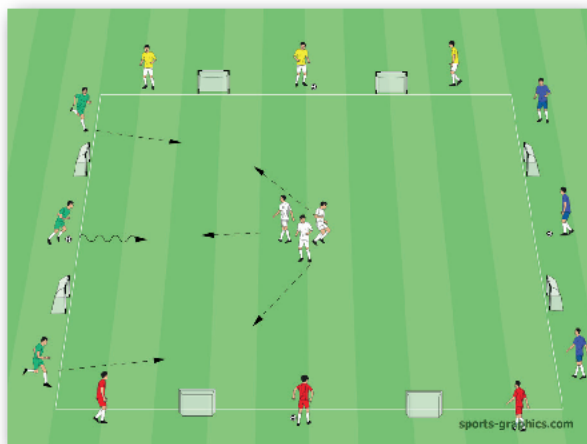
## Hauptteil

## Trainingshilfen

- 8 Markierungsscheiben
- 8 Mini-Tore
- je 3 weiße, rote, blaue, gelbe und grüne Leibchen

## Organisation

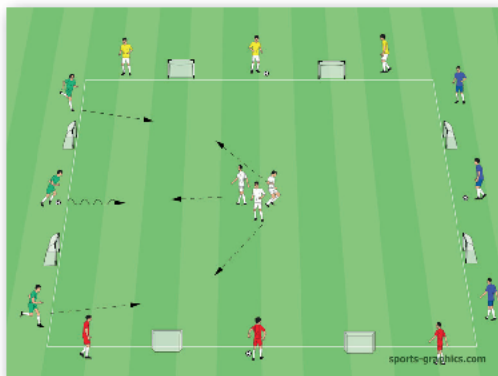
- Aufbau eines Rechteckes mit 20x20m und auf jeder Auslinie 2 Mini-Tore platzieren.
- Einteilung von 5 Teams mit je 3 Spielern.



## Übungsablauf

Team A platziert sich in der Mitte des Spielfeldes, die restlichen Teams gemäß Abbildung. Nun sagt der Übungsleiter eine Farbe der äußeren Teams an. Dieses Team attackiert das gegenüberliegende Tor, welches von Team A verteidigt wird. Team A versucht den Ball zu erobern und auf der anderen Seite ein Tor zu erzielen.

Fällt ein Tor oder geht der Ball ins Aus, verlässt das vorher genannte Team sofort das Spielfeld und der Übungsleiter sagt ein der 3 übrigen Farben an. Das genannte Team spielt dann ebenfalls gegen Team 1 auf das gegenüberliegende Tor. Nachdem Team A gegen alle 4 Teams gespielt hat, wird die Übung wiederholt. Tore dürfen nur in der gegnerischen Spielhälfte erzielt werden.



### Variationen

Das Team, welches schon länger auf dem Spielfeld ist, geht nach einem Ausball oder Tor runter vom Feld.

### Coaching Tipps

Achten Sie nach dem Betreten des Spielfeldes eines neuen Teams darauf, dass sich das Team in der Mitte schnell wieder ordnet.

### Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

