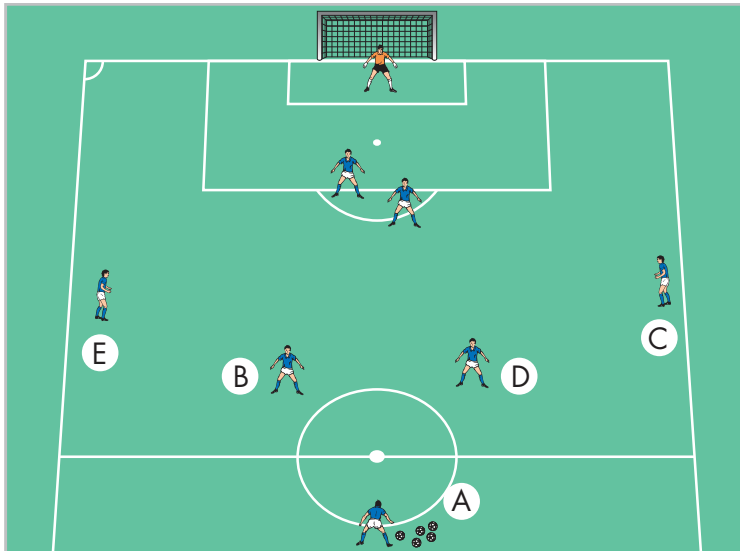


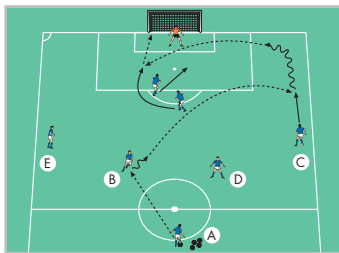
TRAINIEREN MIT DEN U17-JUNIORINNEN

HAUPTTEIL 2: Herausspielen von Torchancen

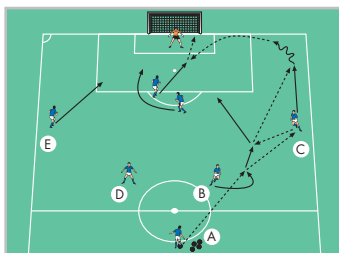
von Ralf Peter (23.12.2008)



Übung 1



Übung 2



ORGANISATION

- 2 zentrale und 2 äußere Mittelfeldspieler sowie 2 Spitzen und 1 Anspieler den vorgegebenen Positionen zuweisen
- Das Tor mit 1 Torhüter besetzen

ABLAUF

Übung 1

- A passt zu B, die den Ball direkt nach vorne mitnimmt und einen diagonalen Flugball in den Lauf von C spielt.
- C nimmt das Zuspiel nach vorne mit und flankt.
- Die Spitzen kreuzen und verwerten die Flanke. Anschließend gleicher Ablauf über die andere Seite.

Übung 2

- B bietet sich seitlich an, wird angespielt und leitet den Ball zu C weiter.
- C kommt nach einer Auftaktbewegung entgegen, lässt den Ball prallen und startet in die Tiefe.
- B passt in den Lauf von C und rückt vor das Tor. C flankt.
- Die Angreifer besetzen den ersten und zweiten Pfosten, B und E den Rückraum.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Bei dem Pass von A zu B jeweils so anbieten, dass der Ball direkt nach vorne an- und mitgenommen werden kann.
- Vor jeder Hereingabe den Kopf heben, die Laufwege beobachten und eine Angreiferin (erster Pfosten, zweiter Pfosten, Rückraum) gezielt einsetzen.
- Als Variation eine Verteidigerin vor dem Tor postieren, die den Laufweg einer Angreiferin mitmacht und diese zustellt.
- Je nach Spielerzahl die Außenpositionen und die Spitzen doppelt besetzen.