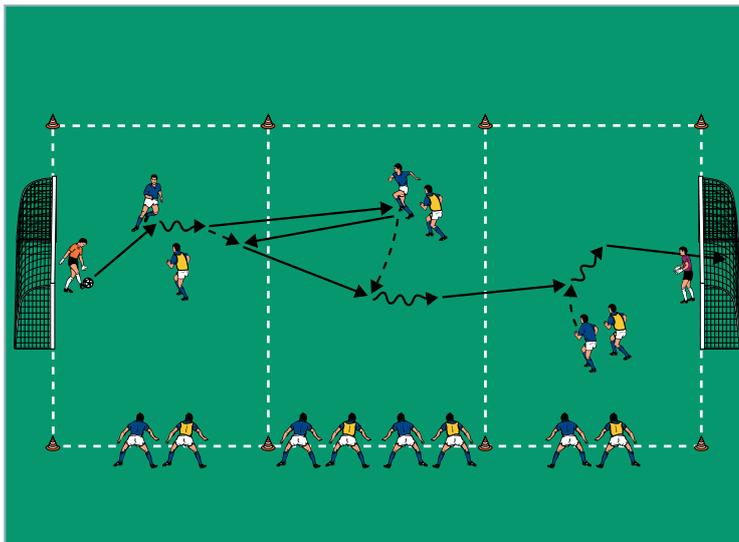


HAUPTTEIL 2: 3-Zonen-Zweikampf

von Ralf Peter (19.04.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden
- 3 Zonen markieren
- In jeder Zone steht 1 Spieler pro Team
- Alle übrigen Spieler pausieren außerhalb

Ablauf

- Der Torhüter passt zu seinem Mitspieler in der ersten Zone.
- Dieser darf zunächst ungestört in die mittlere Zone passen.
- Der Passempfänger in der Mittelzone muss versuchen, sich im 1 gegen 1 gegen seinen Gegenspieler durchzusetzen und zu seinem Mitspieler in die Endzone zu passen.
- Alternativ darf er dabei auch einmal auf den eigenen Anspieler prallen lassen.
- Der Zielspieler versucht, im 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Bei Ballgewinn der Verteidiger wechselt sofort das Angriffsrecht, und der Balleroberer spielt zu seinem Mitspieler in die jeweils nächste Zone weiter usw.

Variationen

- Der Verteidiger darf den Ballbesitzer auch in der Aufbauzone angreifen.
- Gelingt es dem Spieler in der Mittelzone, im 1 gegen 1 vor das gegnerische Tor zu passen, so zählt der folgende Treffer doppelt.
- Nach einem Prallenlassen durch den mittleren Spieler darf der Anspieler die Mittelzone auch direkt in die Endzone überspielen.

Tipps und Korrekturen

- Die Spielerpaare nach jeweils 3 Minuten wechseln.
- Die Spieler dabei auch verschiedenen Zonen zuweisen.