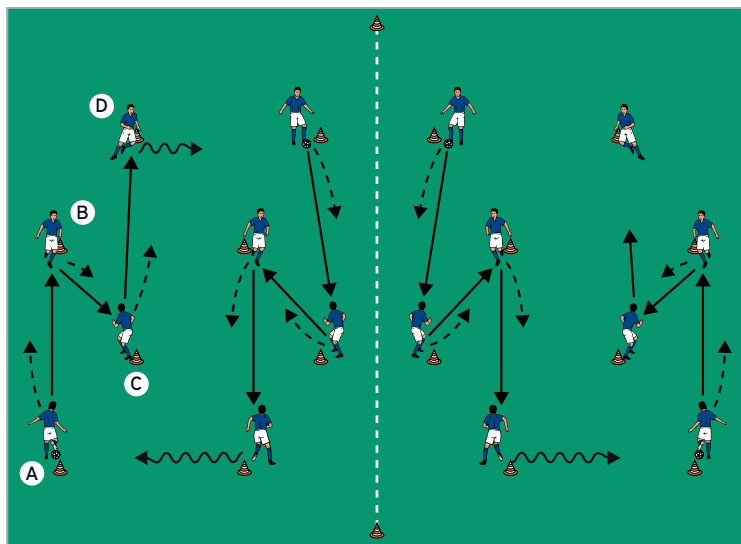


# AUFWÄRMEN 1: Steil-Klatsch-Kombi I

von Guido Streichsbier (23.08.2016)



## Organisation

- 2 Hütchenparcours mit jeweils 2 gegen-  
gleichen Pass-Stationen errichten
- 2 Gruppen bilden und den Parcours  
zuweisen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die Spieler bei A haben je 1 Ball

## Ablauf

- A passt zu B, der auf C prallen lässt.
- C leitet auf D weiter, der zur Position A der  
jeweils anderen Pass-Station dribbelt.
- Alle übrigen Spieler laufen ihren Abspielen  
zur jeweils nächsten Position nach.
- Die neuen Spieler bei A starten die nächsten  
Passfolgen usw.

## Variationen

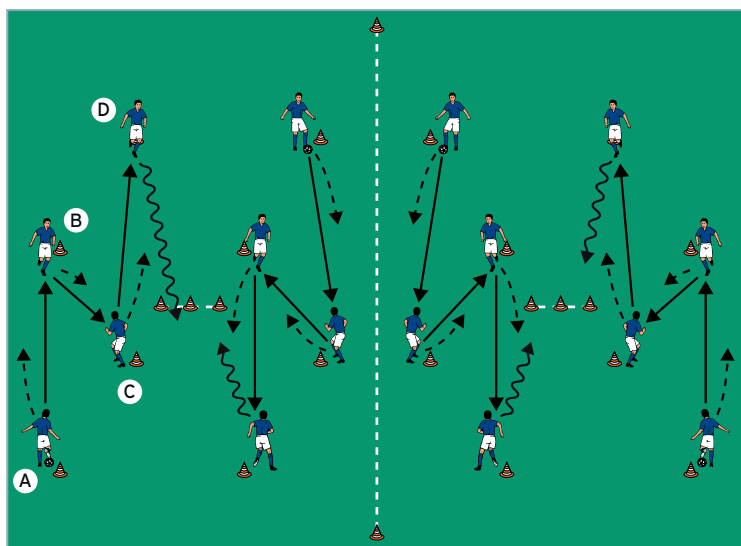
- Die Spieler D bauen je eine frei wählbare  
Finte in ihre Dribblings ein.
- Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen,  
passen).

## Tipps und Korrekturen

- Die Aktionen laufen in beiden Feldern  
gleichzeitig ab.
- Da jede Position nur einmal besetzt ist,  
müssen die Spieler schnellstmöglich zur  
jeweils nächsten Position vorrücken.

## AUFWÄRMEN 2: Steil-Klatsch-Kombi II

von Guido Streichsbier (23.08.2016)



### Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Außerdem zwischen den beiden Pass-Stationen jeweils ein doppeltes Hütchentor markieren
- 4 Mannschaften bilden
- Die Spieler auf den Positionen verteilen

### Ablauf

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt startet der Trainer per Zuruf die Aktion.
- Die Spieler passen sich in der vorgegebenen Reihenfolge zu.
- Die Schlussspieler D kontrollieren die Zuspiele und dribbeln schnellstmöglich über die Linien der doppelten Hütchentore.
- Der Spieler, der zuerst seine Hütchenlinie überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

### Variationen

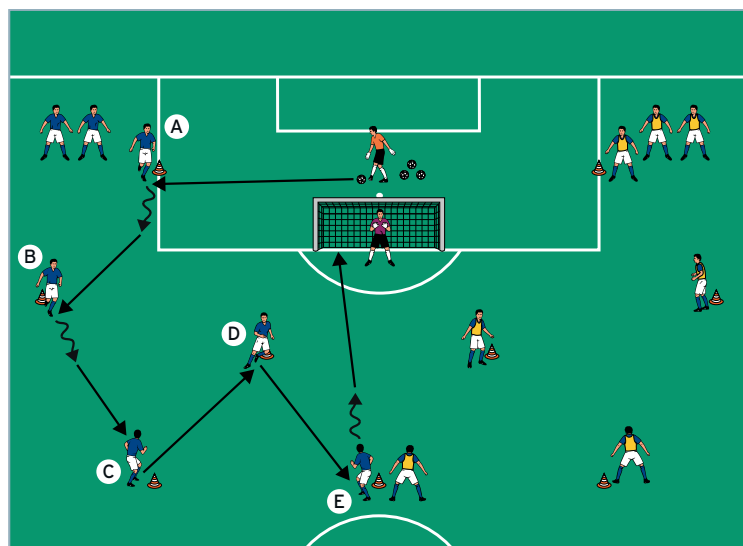
- Die Spieler D müssen über die Hütchenlinien jonglieren.
- Die beiden Teams in den Parcours treten jeweils gegeneinander an. Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

### Tipps und Korrekturen

- Der Trainer weist zuvor jeder Mannschaft eine Hütchenlinie der Doppel-Tore fest zu.
- Jeder Durchgang besteht aus 4 Aktionen, sodass jeder Spieler einmal auf jeder Position zum Einsatz kommt.

# HAUPTTEIL 1: Aufbau-Rundlauf I

von Guido Streichsbier (23.08.2016)



## Organisation

- 1 Tor mit Torhüter auf der Strafraumlinie aufstellen
- Positionshütchen markieren
- Ein weiterer Torhüter als Zuspieler im Strafraum postieren
- Alle übrigen Spieler auf den Positionen verteilen
- Der Zuspieler hat die Bälle

## Ablauf

- Der Zuspieler passt zu A und startet so die Aktion.
- A leitet mit möglichst wenigen Kontakten zu B weiter.
- B nimmt in die Bewegung mit und spielt zu C.
- Dieser passt zu D, der anschließend auf E ablegt.
- E nimmt kurz an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- Anschließend startet der Zuspieler die nächste Aktion über die jeweils andere Seite usw.

## Variationen

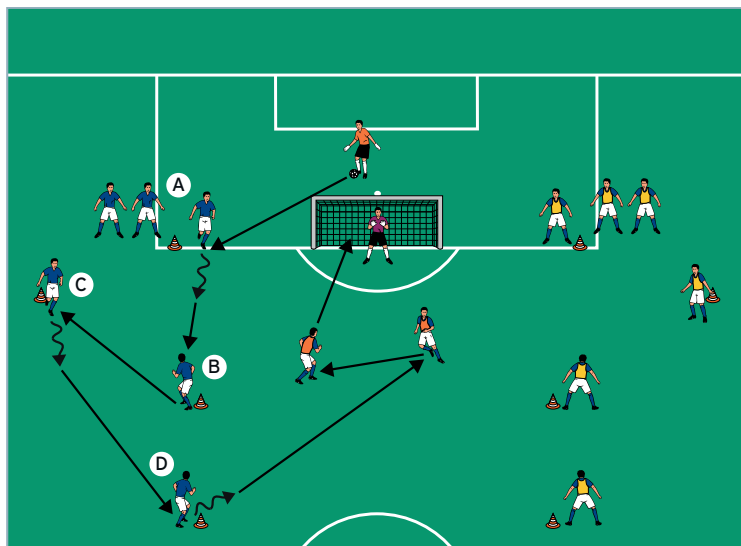
- E muss mit genau 2 Kontakten auf das Tor mit Torhüter abschließen (annehmen, schießen).
- Alle übrigen Spieler passen sich mit maximal 3 Kontakten zu.
- Alle übrigen Spieler müssen im Direktspiel agieren.

## Tipps und Korrekturen

- Im Mittelpunkt der Übung steht eine mögliche Passkombination zur Spieleröffnung.
- Die Abstände zwischen den Spielern sollen denen im Spiel entsprechen.
- Der Torabschluss dient der Motivationssteigerung, ist aber nicht Coachingschwerpunkt.

## HAUPTTEIL 2: Aufbau-Rundlauf II

von Guido Streichsbier (23.08.2016)



### Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Die Positionshütchen verändern
- 2 Angreifer bestimmen und vor dem Tor postieren

### Ablauf

- Der Zuspieler passt zu A und startet so die Aktion.
- A passt B, der auf C weiterleitet.
- C nimmt in die Bewegung mit und spielt auf D weiter.
- D kontrolliert das Zuspiel und passt auf einen der Angreifer vor das Tor.
- Der Passempfänger legt auf den jeweils anderen Stürmer ab, der auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- Anschließend startet der Zuspieler mit einem Pass zu A auf der jeweils anderen Seite die nächste Aktion usw.

### Variationen

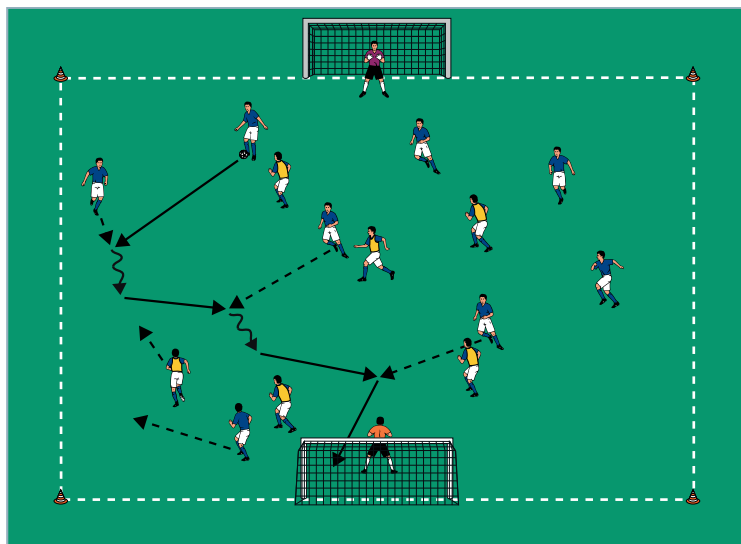
- Die Angreifer dürfen nur im Direktspiel agieren.
- Zusätzlich 1 Verteidiger bestimmen. Die Angreifer versuchen, im 2 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- 2 Teams bilden und die Angreifer den Teams zuweisen. Welches Team erzielt die meisten Treffer?

### Tipps und Korrekturen

- In dieser Übungsform wird der Spielaufbau leicht variiert.
- Beide Gruppen üben jeweils abwechselnd.
- D soll stets den tiefer postierten Angreifer anspielen, damit dieser nach hinten auf den jeweils anderen Stürmer ablegen kann.
- Zielstrebig abschließen!

# SCHLUSSTEIL: Abschlusspiel im 8 gegen 6

von Guido Streichsbier (23.08.2016)



## Organisation

- Ein Spielfeld mit 2 Toren mit Torhütern errichten
- 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen

## Ablauf

- 8 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- Jeder Angriff wird vom Torhüter der Überzahl-Mannschaft aus gestartet.
- Gelingt es den Verteidigern, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- Spielzeit pro Durchgang: 5 Minuten.

## Variationen

- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten spielen.
- Das Überzahl-Team muss innerhalb von 20 Sekunden abgeschlossen haben.
- 2 Teams zu je 7 Spielern bilden und zum Schluss frei spielen lassen.

## Tipps und Korrekturen

- Die Spieler der Angriffsmannschaft sollen durch die Überzahlsituation bekannte Kombinationen aus dem Hauptteil im Spiel vertiefen.
- Die Aufgaben tauschen: Nach jeweils 5 Minuten wechseln 2 Spieler die Mannschaft.