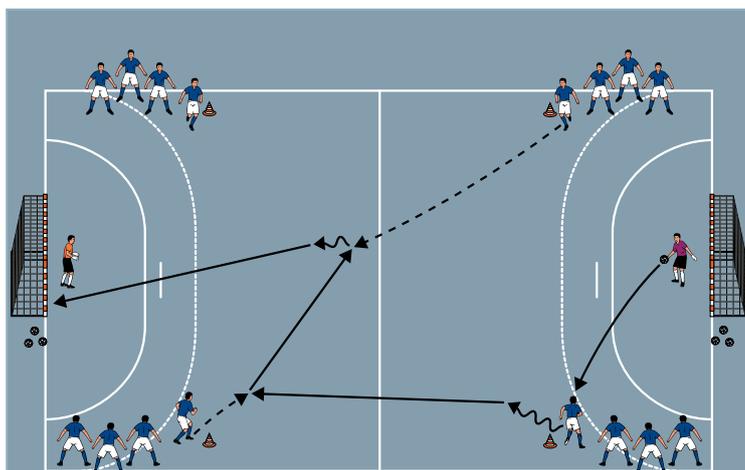


HAUPTTEIL 1: Spielaufbau über den Torhüter I

von Christian Wück (13.12.2016)



Organisation

- Die Matten entfernen
- Die Tore mit Torhütern besetzen
- Positionshütchen im 2-2-System aufstellen
- Die Spieler an den Positionshütchen verteilen (je 2 Spieler stellen sich auf den Angriffspositionen auf, je 6 Spieler positionieren sich in der eigenen Spielfeldhälfte)

Ablauf

- Der Torhüter rollt abwechselnd flach zu einem der beiden Verteidiger ab.
- Dieser kontrolliert das Zuspiel und passt steil auf den entgegenstartenden Angreifer.
- Dieser lässt auf den auf der ballfernen Seite nachrückenden Verteidiger prallen, der auf das Tor abschließt.
- Anschließend startet der Torhüter den nächsten Angriff über die jeweils andere Seite.

Variationen

- 2 gegnerische Verteidiger bestimmen, die nach dem Pass in die Spitze im 3 gegen 2 ausgespielt werden müssen.

Tipps und Korrekturen

- Die beiden Torhüter tauschen nach einigen Durchgängen Position und Aufgabe.
- Nach einer Weile die Angreifer wechseln.
- Auf eine schnelle, zielstrebige Durchführung der Übung achten!
- Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.
- Mit möglichst wenigen Kontakten agieren.
- Die Passempfänger müssen sich frühzeitig lösen und den Zuspielen aktiv entgegenstarten.