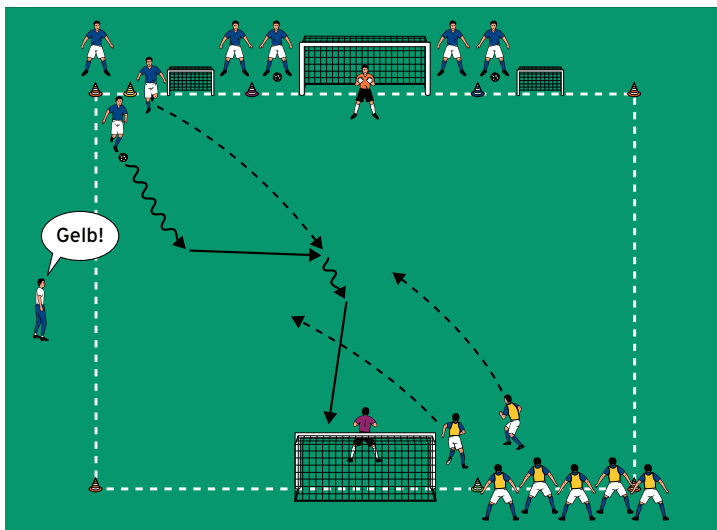


## C-JUNIoren



### HAUPTTEIL 1:

## GLEICHZAHL-ABWEHR

von Marcus Sorg (16.05.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 30 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Auf jeder Grundlinie ein Tor und auf einer Grundlinie zusätzlich 2 Minitorre aufstellen
- ▶ Neben einem Tor ein Starthütchen sowie zwischen dem anderen Tor und den Minitoren 3 weitere verschiedenfarbige Starthütchen postieren
- ▶ 2 Teams mit Torhütern einteilen
- ▶ Das Abwehrteam am Starthütchen, die Angreifer am anderen Hütchen postieren

### ABLAUF

- ▶ Ruft der Trainer die Farbe eines Hütchens, starten die ersten beiden Angreifer von diesem Hütchen ins Feld und greifen auf das gegenüberliegende Tor an.
- ▶ Gleichzeitig laufen die ersten beiden Verteidiger zum 2 gegen 2 ins Feld.
- ▶ Erobern die Verteidiger, kontern sie auf das andere Tor und die Minitorre.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach einigen Durchgängen.

### VARIATIONEN

- ▶ Die Verteidiger werfen flach zu den Angreifern.
- ▶ Die Verteidiger werfen hoch zu den Angreifern.
- ▶ Die Verteidiger spielen per Volleyschuss zu den Angreifern.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Verteidiger orientiert sich schnell zum Angriffshütchen, um Platz zum eigenen Tor zu gewinnen.
- ▶ Der ballnahe Verteidiger greift den ballführenden Angreifer an, stellt ihn schräg und drängt ihn vom Tor weg. Der andere Verteidiger sichert hinter dem Mitspieler in kurzer Distanz zum Tor ab.
- ▶ Die Angreifer stellen sich nach jedem Durchgang an unterschiedlichen Starthütchen an, so dass sich immer wieder neue Angriffsteams ergeben.