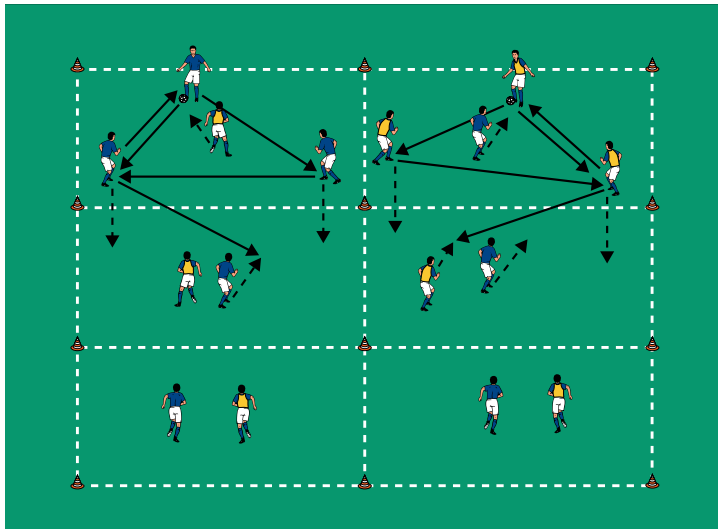


## B-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 2:

### 3-GEGEN-1-LEITER

#### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler in den Feldern verteilen

#### ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet per Zuruf die Aktion.
- ▶ Die Spieler starten im oberen Feld mit einem 3-gegen-1-Eckespiel.
- ▶ Nach 4 Pässen in den eigenen Reihen dürfen die Ballbesitzer zum Mitspieler im mittleren Feld spielen.
- ▶ Gelingt dies, so rücken 2 weitere Spieler zum erneuten 3 gegen 1 nach.
- ▶ Welches Team erreicht zuerst das untere Feld?

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Pässe variieren.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern und aus dem Feld zu dribbeln, so wird dem gegnerischen Team 1 Punkt abgezogen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen unter Zeitdruck eine scheinbar einfache Überzahlsituation ausspielen.
- ▶ Sie müssen zudem schnell reagieren und schnellstmöglich mit 2 Spielern ins nächste Feld nachrücken.
- ▶ Die Spielzeit sollte 2 Minuten nicht übersteigen.
- ▶ Die Verteidiger nach jedem Durchgang wechseln.