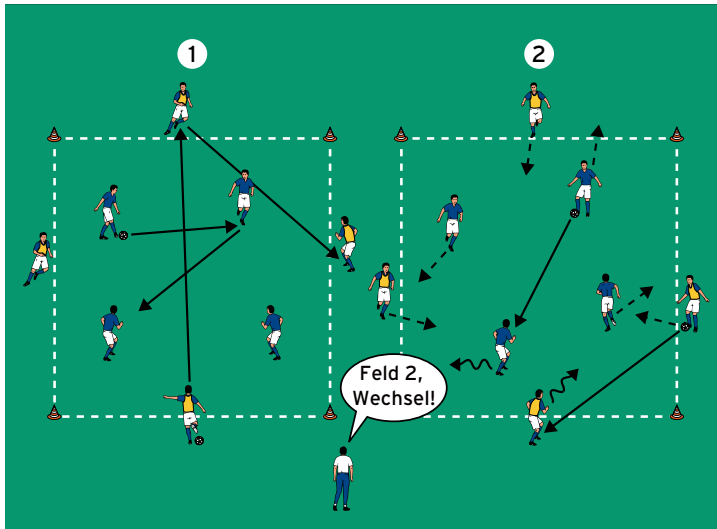


THEMA: VERTEIDIGEN IN ÜBERZAHL



AUFWÄRMEN 1:

INNEN-AUSSEN-KOMBINATION

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder errichten
- ▶ 4 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler jeweils auf den Positionen verteilen
- ▶ Pro Gruppe 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweiligen Gruppen passen sich in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Auf ein Trainerkommando innerhalb des Feldes jeweils sofort die Positionen und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen sich jeweils mit genau 2 Kontakten zuspielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler im Feld müssen vor jedem Abspiel eine Finte ins Dribbling einbauen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen versuchen, dass kein Ball während der Kombination zur Ruhe kommt.
- ▶ Die äußeren Spieler sollen möglichst häufig tief durch das Feld passen. Dabei müssen sie die Bewegungen der inneren Spieler beobachten.