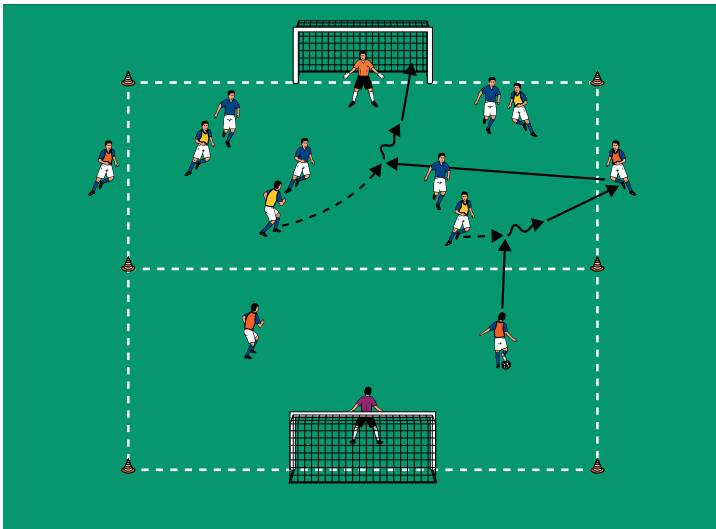


THEMA: ÜBERZAHL-/UNTERZAHLSPIELE UND 'VERSTECKTES' AUSDAUERTRAINING



HAUPTTEIL 2:

DOPPEL-TEAM II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft agieren als Anspieler in der eigenen Hälfte bzw. an den Seitenlinien der gegnerischen Hälfte, so dass es in der Angriffshälfte zu einer 4-gegen-4-Situation kommt.
- ▶ Die Spieler von Orange dürfen die Anspieler jederzeit in den Angriff einbeziehen.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.
- ▶ Nach 2 Minuten tauschen die Spieler von Orange und Gelb die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler dürfen nur direkt spielen.
- ▶ Gültige Treffer können auch von den Anspielern erzielt werden.
- ▶ Es sind nur flache Zuspiele erlaubt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollten sich in der gegnerischen Hälfte so postieren, dass jederzeit auch ein Anspiel auf die Anspieler an den Seitenlinien möglich ist.
- ▶ Ohne Einwürfe und Ecken spielen.
- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter der Angriffsmannschaft gestartet.