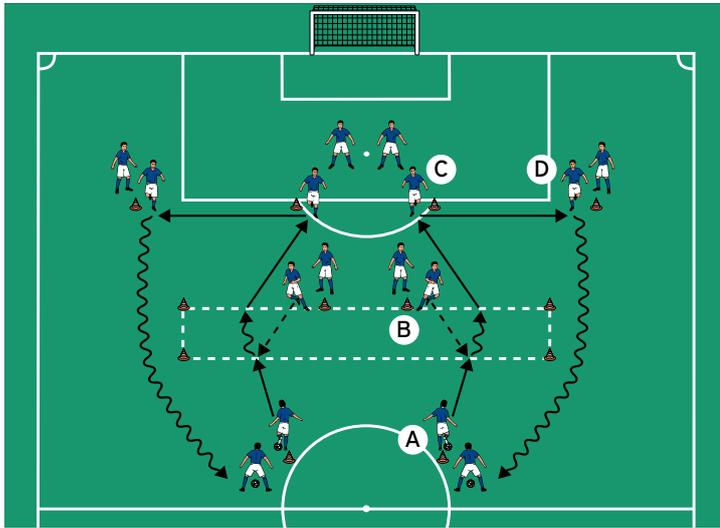


## THEMA: POSITIONSTRAINING DER ZENTRAL-OFFENSIVEN



### AUFWÄRMEN 2:

### GETIMTES ENTGEGENKOMMEN UND PASSEN MIT DRIBBLING

#### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Positionshütchen leicht umstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

#### ABLAUF

- ▶ Über beide Seiten gleichzeitig spielen: A passt zum entgegenkommenden B, der aufdreht und zu C spielt.
- ▶ C leitet zu D weiter, der zu A zurückdribbelt.
- ▶ Die Spieler folgen jeweils ihren Zuspielen.

#### VARIATIONEN

- ▶ B muss mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler von C müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Die Spieler von A passen zu den jeweils entfernten Spielern von B, sodass sich die Zuspiele kreuzen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler von B sollen sich per Schulterblick in alle Richtungen orientieren, ehe sie den Zuspielen entgegenstarten.
- ▶ Darauf achten, dass B jeweils mit der Ballannahme in Richtung Strafraum aufdreht.
- ▶ Mit dem ersten Kontakt sofort beschleunigen und schnell weiterspielen.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler bei A startet mit dem Pass von C zu D.