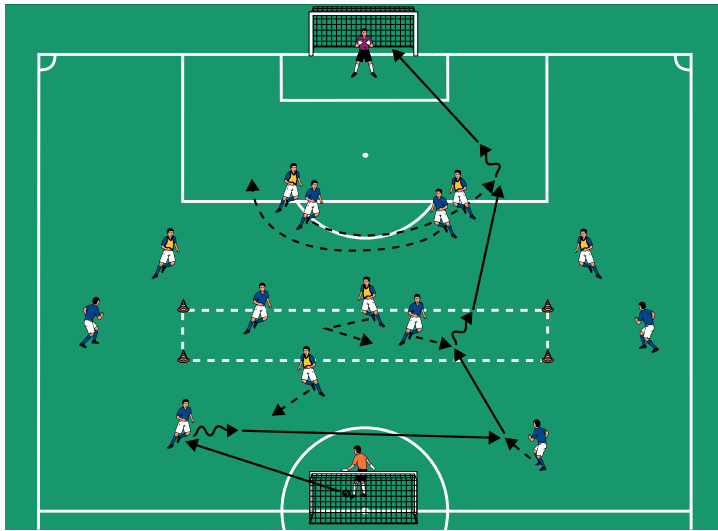


THEMA: POSITIONSTRAINING DER ZENTRAL-OFFENSIVEN



HAUPTTEIL 2:

ZIELSPIELER MIT GEGNER IM RÜCKEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Die Verteidiger stellen jetzt ebenfalls einen Spieler in der Zone

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt müssen die Angreifer einen Mitspieler in der Zone anspielen, der dabei von einem Verteidiger unter Druck gesetzt wird.
- ▶ Mit dem Pass auf den Zielspieler freies Spiel bis zum Torabschluss.

VARIATIONEN

- ▶ Die Zielzone verkleinern.
- ▶ Die Zielspieler sollen die 2-gegen-1-Überzahl-situation in der Zone gezielt ausspielen und nach vorne aus der Zone dribbeln.
- ▶ Die Zonenspieler müssen mindestens einmal untereinander passen.
- ▶ Die Angreifer müssen beide Zielspieler in der Zone angespielt haben, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollen den freien Zielspieler in der Zone geschickt 'herausspielen' und diesen dann gezielt anspielen.
- ▶ Darauf achten, dass sich die beiden Zielspieler seitlich bewegen und mit einem schnellen diagonalen Entgegenkommen zum Zuspiel anbieten.
- ▶ Immer, wenn es die Situation erlaubt, soll der Zielspieler zur Spielfortsetzung nach vorne aufdrehen.
- ▶ Den Verteidiger in der Zone regelmäßig wechseln.