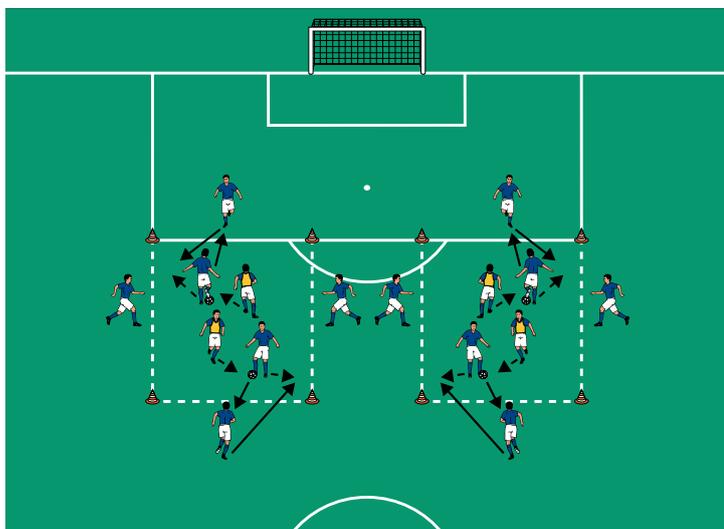


## THEMA: IN ÜBERZAHL VERTEIDIGEN



### AUFWÄRMEN 1:

#### PASSSPIEL MIT GEGNERDRUCK

##### ORGANISATION

- ▶ Vor dem Strafraum zwei 15 x 15 Meter große Felder markieren.
- ▶ 2 Gruppen einteilen und jeweils den Feldern zuweisen.
- ▶ Pro Gruppe 4 Außenspieler, 2 zentrale Spieler und 2 Verteidiger bestimmen.

##### ABLAUF

- ▶ 2 plus 4 gegen 2 auf Ballhalten.
- ▶ Die Angreifer dürfen die Außenspieler jederzeit einbeziehen.
- ▶ Nach einiger Zeit die Positionen und Aufgaben wechseln.

##### VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen mit mindestens 5 Kontakten spielen, ehe sie wieder nach außen passen dürfen.
- ▶ Im 3 plus 2 gegen 3 von Grundlinie zu Grundlinie spielen.
- ▶ 3 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen und im 3 gegen 5 spielen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger lernen, den gegnerischen Ballbesitzer gemeinsam unter Druck zu setzen.
- ▶ Darauf achten, dass die Verteidiger den gegnerischen Angreifer jeweils nicht aufdrehen lassen.
- ▶ Den Ball zielstrebig erobern.