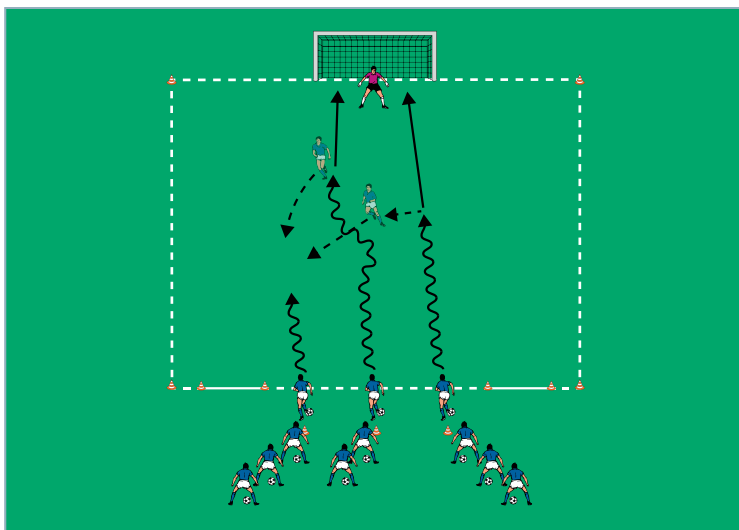


HAUPTTEIL 1: Überzahl-Abwehr I

von Klaus Pabst (15.07.2014)



Organisation

- Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- Auf den Grundlinien je 1 Tor mit Torhüter sowie zwei 2 Meter breite Hütchentore aufbauen
- Mittig hinter den Hütchentoren 3 Starthütchen markieren
- Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

Ablauf

- Der erste Spieler vom rechten Starthütchen dribbelt ins Feld, schießt auf das Tor und wird Verteidiger.
- Anschließend dribbelt der erste Spieler vom mittleren Starthütchen zum 1 gegen 1 ins Feld und versucht, einen Treffer zu erzielen.
- Im Anschluss an die Aktion wird er ebenfalls Verteidiger, und der erste Spieler vom linken Starthütchen dribbelt zum 1 gegen 2 ins Feld.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die Hütchentore.

Variationen

- Verschiedenfarbige Starthütchen markieren und die Angreifer durch Farbzuruf bestimmen.
- Die Spieler werfen sich jeweils selbst hoch ins Feld vor, starten nach und versuchen, einen Treffer zu erzielen.

Tipps und Korrekturen

- Falls vorhanden Minitorne anstelle von Hütchentoren nutzen.
- Den Torhüter regelmäßig wechseln.