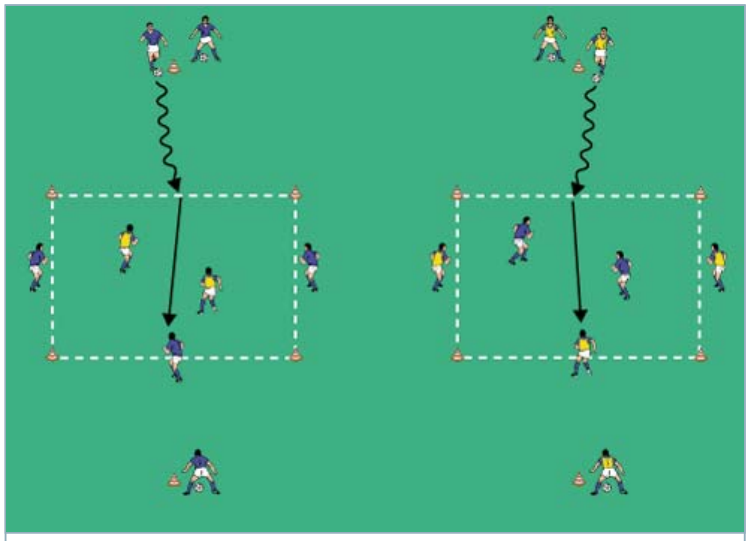
D- UND C-JUNIOREN
AUFWÄRMEN 2: Pendel-Ecke

von Stefan Böger (04.06.2013)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Mannschaften bilden und jeweils den Feldern zuweisen
- Jedes Team stellt 2 Verteidiger, die sich im gegnerischen Hütchenquadrat postieren
- Die Startspieler an jeweils einem Positionshütchen haben je 1 Ball

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando dribbeln die Startspieler ins vor ihnen gelegene Hütchenquadrat.
- Hier müssen sie im 4-gegen-2-Eckespiel 5 Pässe in den eigenen Reihen spielen.
- Gelingt dies, so können die Ballbesitzer zum Mitspieler am anderen Positionshütchen passen.
- Dieser nimmt in Richtung Hütchenquadrat an und mit und tauscht mit dem Passgeber Position und Aufgabe.
- Der Passgeber läuft zum jeweils anderen Positionshütchen aus dem Feld usw.
- Welche Mannschaft wechselt zuerst 4-mal die Seite?

Variationen

- Jeder Seitenwechsel ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung: Welches Team erzielt in 3 Minuten die meisten Punkte?
- Im Hütchenquadrat mit maximal 3 Kontakten agieren!
- Im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Gelingt dem Empfänger des fünften Passes kein Zuspiel zum Mitspieler am anderen Positionshütchen, so darf dieser alternativ auch zu einem anderen Spieler im Hütchenquadrat weiterpassen.
- Die letzten Passgeber aus dem Hütchenquadrat besetzen jeweils das freie Positionshütchen, so dass die Teams immer die Seite wechseln müssen.

Sommerzeit ist Turnierzeit, deshalb wird auch nach der regulären Punktspielrunde ‚weitergekickt'. Doch hinter einem gut organisiertem Turnier steckt jede Menge Planung. Um Sie dabei zu unterstützen, haben wir in unserem Themenschwerpunkt des Monats Mai auf Training & Wissen online einige Best-practice-Beispiele herausgesucht. Des weiteren finden Sie ein Interview sowie zahlreiche Downloads, Hilfen und Turnierpläne. Natürlich wollen wir auch von Ihnen wissen, wie Sie Ihre Turniere organisieren! Schreiben Sie an training-wissen@dfb.de.

© www.dfb.de • DEUTSCHER FUSSBALL-BUND 2013