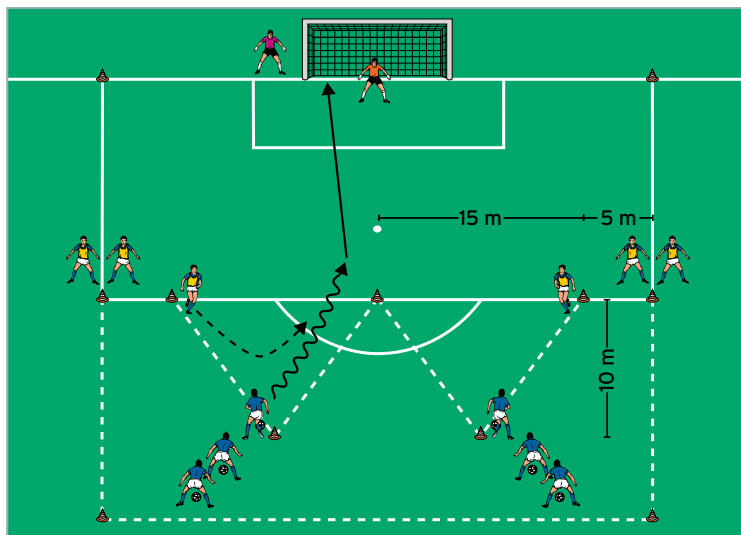


# HAUPTTEIL 1: Frontales 1 gegen 1 I

von Mario Vossen (18.11.2014)



## Organisation

- An der Strafraumlinie mittig zwei 15 x 10 Meter große Dreiecke errichten
- Das Tor mit Torhüter besetzen
- Angreifer und Verteidiger benennen und jeweils den Positionen gemäß Abbildung zuordnen
- Die Angreifer haben je 1 Ball

## Ablauf

- Der erste Angreifer dribbelt ins Feld und versucht im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger über die Strafraumlinie zu dribbeln.
- Gelingt ihm das, kann er anschließend ungestört abschließen.
- Gelingt dem Verteidiger die Balleroberung, dribbelt er aus dem Feld.
- Nach Abschluss der Aktion startet die andere Gruppe.
- Nach 8 Aktionen die Seiten wechseln.

## Variationen

- Der Verteidiger darf in den Strafraum folgen.
- Nur mit rechts/links abschließen.
- Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Angreifer schießt die meisten Tore?

## Tipps und Korrekturen

- Zielstrebig abschließen.
- Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Angreifer spätestens abschließen müssen.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.