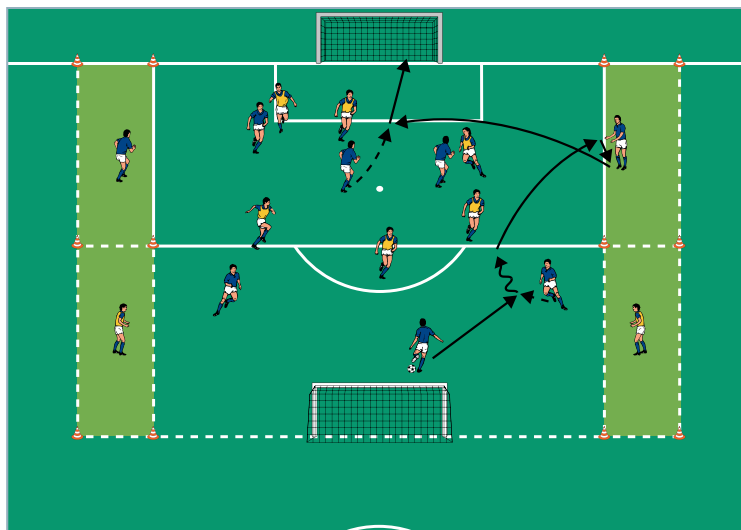


HAUPTTEIL 1: Kopfball-Spiel mit Volley- Zuspielen aus der Hand

von Armin Friedrich (07.04.2015)



Organisation

- Die Teams und die Außenspieler beibehalten
- In einem Spielfeld auf doppeltem Strafraum 4 Zonen markieren

Ablauf

- 6 plus 2 gegen 6 plus 2 auf die beiden Tore.
- Gültige Treffer dürfen nur per Kopf nach Volley-Zuspiel eines Außenspielers aus der Hand erzielt werden.

Variationen

- Die Spieler im Feld müssen sich zunächst 5-mal in den eigenen Reihen zupassen, ehe sie auf einen der Außenspieler passen dürfen.
- Die Art der Zuspiele von außen variieren: Per Schock-, Einwurf oder Volleyschuss aus der Hand zuspielen.

Tipps und Korrekturen

- Ohne Torhüter spielen.
- Auf präzise Zuspiele von außen achten.
- Nicht zu hoch vor die Tore spielen.
- Die Außenspieler regelmäßig wechseln.