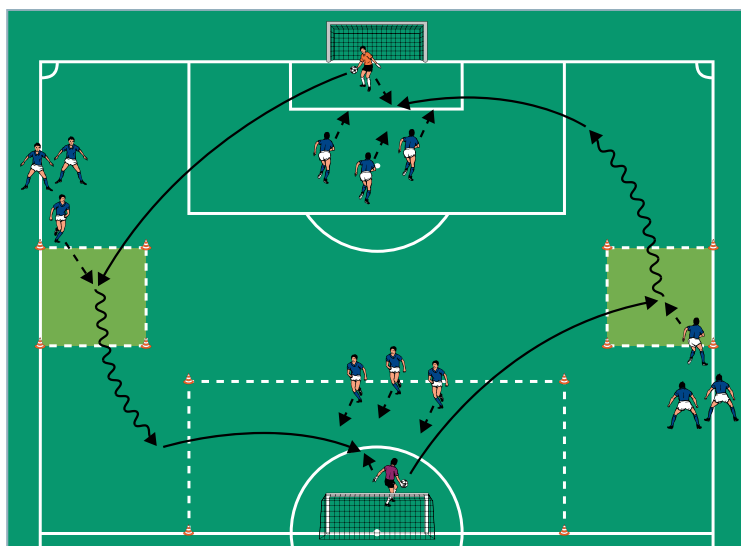


HAUPTTEIL 2: Flanken abfangen II

von Frank Engel (17.11.2015)



Organisation

- Den Aufbau nicht verändern
- Vor den Toren jeweils 3 Angreifer aufstellen

Ablauf

- Gleicher Ablauf wie in Hauptteil 1.
- Die Torhüter starten mit einem Abwurf in das Abwurfgebiet.
- Dort nimmt der Spieler mit, dribbelt zur Grundlinie und flankt vor das Tor.
- Im Strafraum starten die Angreifer in die Flanke.
- Der Torhüter fängt die Flanke ab und leitet direkt den nächsten Angriff auf der anderen Seite ein.
- Die drei Angreifer bleiben stets vor dem Tor.
- Die Flankengeber bleiben auf ihrer Seite.
- Nach einiger Zeit die Positionen tauschen.

Variationen

- Die Abwurfgebiete etwas nach vorne verlagern (neben die Strafräume).
- Den Hauptteil 2 ebenfalls mit dem Abwurf im Uhrzeigersinn starten und mit dem linken Fuß flanken lassen.

Tipps und Korrekturen

- Auf die Belastung der Torhüter achten und gegebenenfalls Pausen einlegen.
- Den Abwurf schnell ausführen.
- Die Torhüter sollen sich gegen die drei Angreifer durchsetzen und die Flanke abfangen.