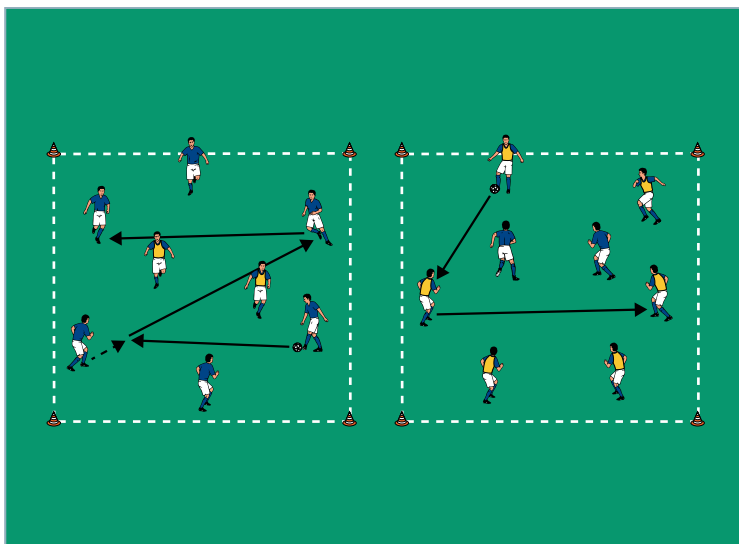


AUFWÄRMEN 1: Rondo im 6 gegen 2

von Nils Poker (04.10.2016)



Organisation

- Zwei 8 x 8 Meter große Felder nebeneinander markieren
- In beiden Feldern zunächst 6 Angreifer und 2 Verteidiger bestimmen

Ablauf

- 6 gegen 2 auf Ballhalten in beiden Feldern.
- Die Ballbesitzer versuchen, sich in den eigenen Reihen zuzuspielen, ohne dass die Verteidiger den Ball erobern oder aus dem Feld zu spielen.
- Gelingt dies, so wechselt der Spieler, der den Ball verloren hat, mit dem Spieler, der länger als Verteidiger gespielt hat, die Positionen und Aufgaben.

Variationen

- Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Ballbesitzer müssen mit genau 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- Die Ballbesitzer müssen im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Ein sauberes und schnelles Kurzpassspiel fordern.
- 'Auf Lücke' anbieten, um Pässe durch die Schnittstellen zu fordern.
- Die Verteidiger müssen versuchen, mögliche Passempfänger gezielt in den Deckungsschatten zu stellen.