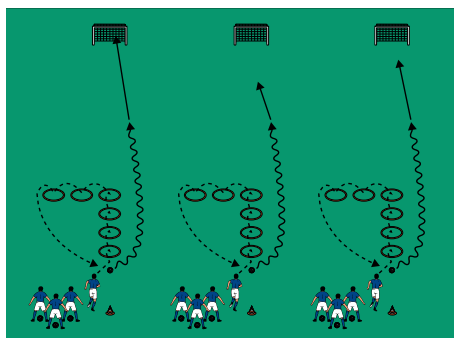
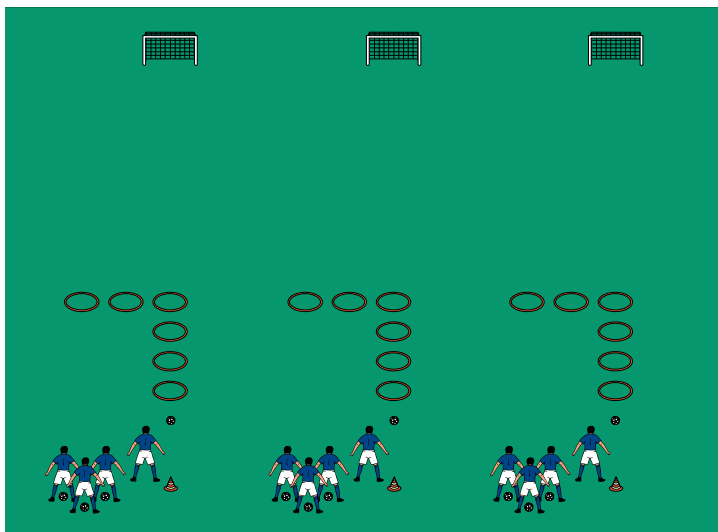
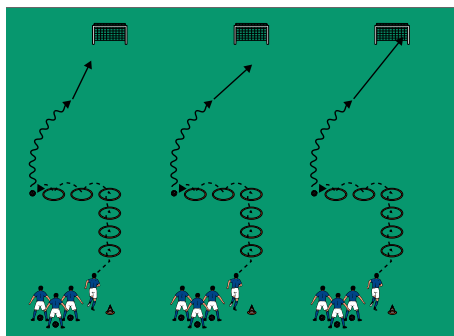


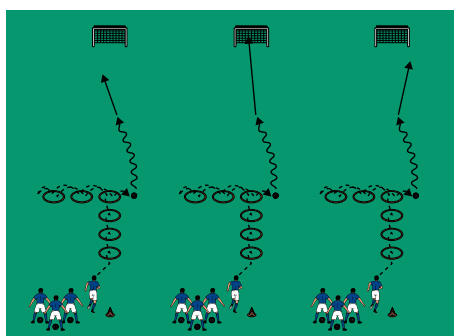
## THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES GRUPPENTAKTISCHEN VERTEIDIGENS



Übung 1



Übung 2



Übung 3

### AUFWÄRMEN 2:

### REIFEN-KOORDINATION II

#### ORGANISATION

- ▶ 3 Starthütchen in einem Abstand von 10 Metern nebeneinander aufstellen
- ▶ 5 Meter vor jedem Starthütchen jeweils 6 Reifen in L-Form auslegen
- ▶ 15 Meter vor den Reifen jeweils ein Minitor aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen an die Starthütchen verteilen

#### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die Spieler durchlaufen die Reifen mit einem Kontakt, nehmen ihren Ball ins Dribbling mit und schießen auf das jeweilige Minitor.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, gewinnt einen Punkt für seine Gruppe.
- ▶ Welche Gruppe gewinnt zuerst 10 Punkte?

#### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nur, dass der Ball jetzt am Ende des letzten Reifens liegt.

#### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Die Dreierreihe erneut durchlaufen und den Ball rechts vom Reifenparcours aufnehmen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Treffer bei den Minitoren sind nur gültig, wenn der Spieler zuvor die Reifen richtig durchlaufen hat.
- ▶ Als Trainer die Treffer mitzählen und den Spielstand nach jedem Durchgang laut ansagen.