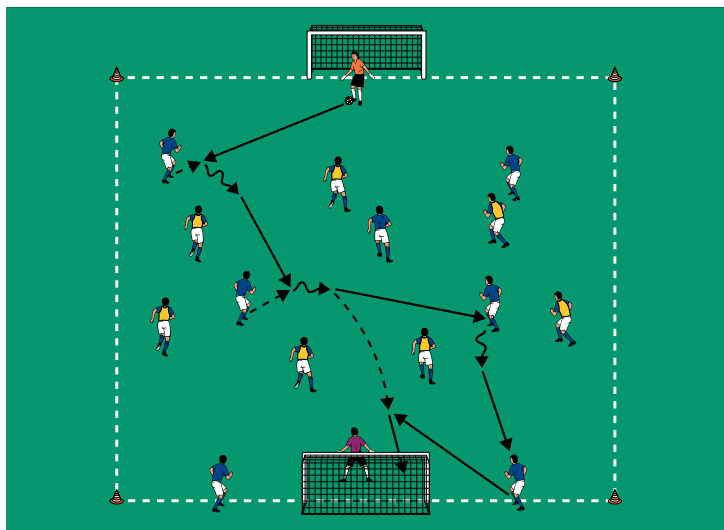


THEMA: GEMEINSAM PRESSEDEN UND DEN BALL EROBERN



HAUPTTEIL 2:

5 PLUS 2 GEGEN 7

ORGANISATION

- Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- Die Mittellinie entfernen
- Die Aufbauspieler stellen 2 Zielspieler, die sich neben dem gegnerischen Tor aufstellen

ABLAUF

- Jeder Angriff wird erneut vom Torhüter der Aufbaumannschaft gestartet.
- Die Ballbesitzer versuchen, im 5 gegen 7 einen Treffer zu erzielen oder einen ihrer beiden Mitspieler neben dem Tor anzuspielen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- Treffer bei den Toren mit Torhütern zählen doppelt.
- Die Überzahlmannschaft muss den Ball innerhalb von 20 Sekunden gewonnen haben.
- Das Unterzahlteam muss innerhalb von 15 Sekunden abgeschlossen haben.
- Konter müssen innerhalb von 10 Sekunden abgeschlossen sein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Verteidiger sollen die Ballbesitzer gezielt unter Druck setzen und versuchen, in Überzahl in Ballbesitz zu gelangen.
- Mit dem Ballgewinn sofort umschalten und zielstrebig kontern.