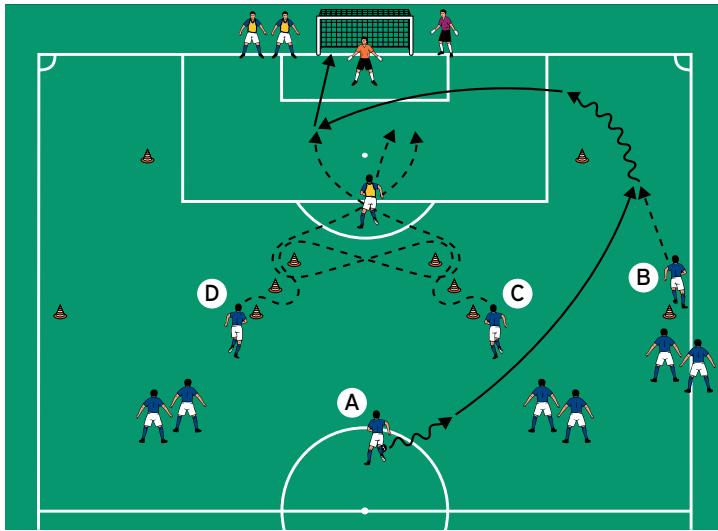


THEMA: AUS DEM ZENTRUM NACHRÜCKEN



HAUPTTEIL 2:

SCHNELLES NACHRÜCKEN AUS DEM ZENTRUM MIT VERTEIDIGER

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 3 Abwehrspieler (Gelb) benennen und 1 hiervon im Halbkreis postieren
- ▶ Die übrigen Spieler gemäß Abbildung auf die Positionen verteilen.
- ▶ 2 Torhüter dem Tor zuweisen
- ▶ A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt nach kurzem Dribbling in den Tempolauf von B.
- ▶ B nimmt mit und flankt auf die einlaufenden C und D, welche zuvor im Slalom durch die Hütchen und zusätzlich noch eine Schleife laufen.
- ▶ Der Verteidiger entscheidet sich für einen Stürmer und deckt ihn.
- ▶ Der Außenspieler flankt zum freien Stürmer, der abschließt.
- ▶ Die Spieler rücken jeweils 1 Position weiter (A auf B, B auf C, C auf D)

VARIATIONEN

- ▶ Gleicher Ablauf über die andere Seite.
- ▶ Den Ablauf mit 2 Verteidigern durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Außenspieler muss entscheiden, wie er den Stürmer anspielt.
- ▶ Nicht zu früh in den Strafraum starten und dort stehend auf die Flanke warten.