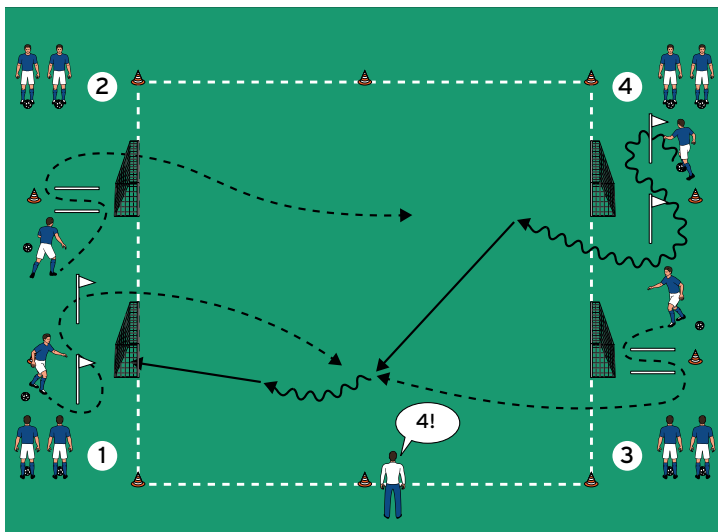


THEMA: KOORDINATION IST NICHT NUR STANGENLAUF



HAUPTTEIL 2:

2-GEGEN-2-KOORDINATION

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten, jedoch die Stangentore nach hinten rücken und auf den Grundlinien 2 weitere Minitore aufstellen.
- ▶ Die Starthütchen von 1 bis 4 nummerieren.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft die Nummer eines Starthütchens auf.
- ▶ Der Spieler am aufgerufenen Starthütchen dribbelt im Slalom durch das Stangentor bzw. die liegenden Stangen und greift mit dem Nebenspieler auf die Minitore gegenüber an.
- ▶ Die Spieler an den anderen Starthütchen durchlaufen die Stangentore bzw. die liegenden Stangen zum 2 gegen 2.
- ▶ Nach jedem Durchgang wechseln die Spieler im Uhrzeigersinn zum nächsten Starthütchen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Stangen vorwärts-rückwärts-vorwärts durchlaufen bzw. -dribbeln.
- ▶ Die Stangen seitlich durchlaufen bzw. -dribbeln.
- ▶ Die Stangentore in Form einer 'Acht' durchlaufen bzw. -dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor jedem Durchgang zum jeweiligen Mitspieler orientieren.
- ▶ Jedes 2 gegen 2 endet, wenn ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wird.