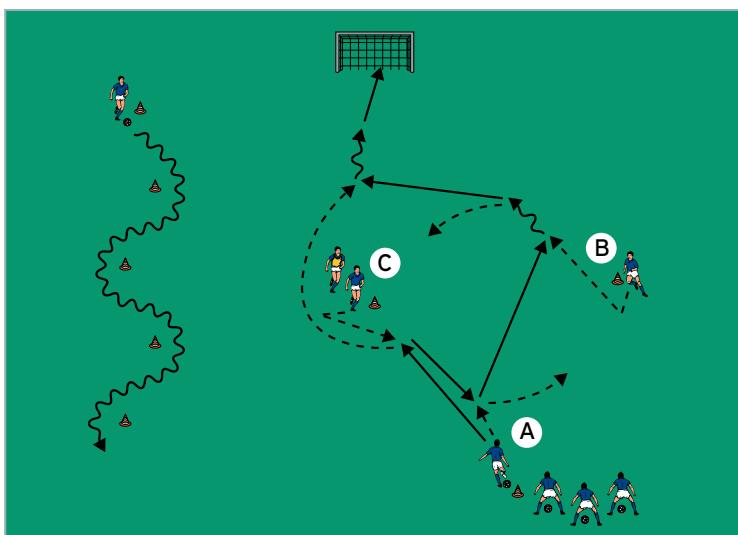


HAUPTTEIL 1: Zielstoß-Rundlauf I

von Ralf Peter (29.07.2014)



Organisation

- 1 Minitor aufstellen
- Vor dem Tor Positionshütchen errichten
- Zusätzlich 1 Dribbelparcours markieren
- Die Spieler auf den Positionen verteilen, Position C mit 2 Spielern besetzen

Ablauf

- A passt zu C, der direkt zurückprallen lässt.
- Anschließend passt A in den Lauf von B.
- Gleichzeitig startet C vor das Tor und erhält dort ein Zuspiel von B.
- C schließt auf das Tor ab.
- Der zweite Spieler bei C agiert als 'teil-aktiver' Gegenspieler.
- Nach der Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.
- Auf dem Weg zurück zu Position A durch-dribbelt C den Hütchenparcours.

Variationen

- C kontrolliert das Zuspiel mit Gegner im Rücken und passt erst mit dem zweiten oder dritten Kontakt zurück zu A.
- Der Trainer gibt Dribbelvorgaben für den Hütchenparcours (z. B. nur mit rechts/links oder mit der Sohle dribbeln usw.).

Tipps und Korrekturen

- Beim ersten Zuspiel sollte sich der 'teil-aktive' Gegenspieler eng im Rücken von Spieler C aufhalten.
- C muss sich entsprechend lösen, um das Zuspiel prallen lassen zu können.
- Der Torabschluss auf das Minitor erfolgt ohne Gegnerdruck!