

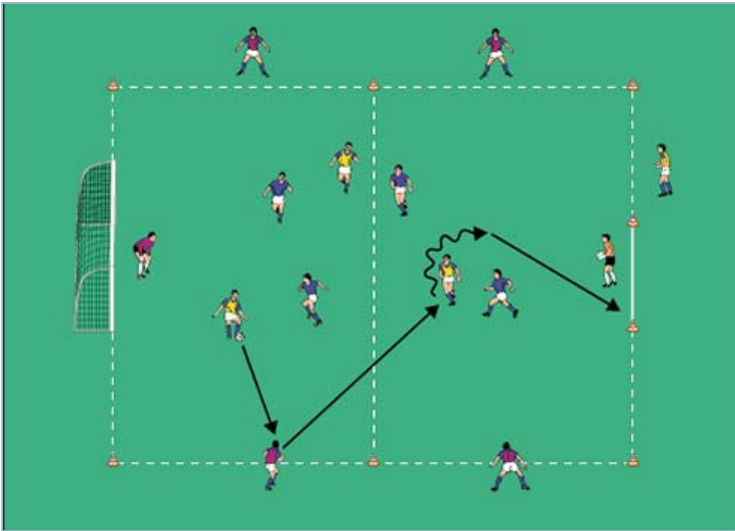


D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 2:

4-gegen-3-Turnier II

von Mario Vossen (11.02.2014)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Das dritte Team postiert sich als Anspieler an den Seitenlinien

Ablauf

- Den Grundablauf beibehalten.
- Gelingt es dem Unterzahl-Team, den Ball zu erobern, so versuchen sie, sich im Zusammenspiel mit den seitlichen Anspielern 10-mal in den eigenen Reihen zuzupassen (= 1 Punkt).
- Spielzeit pro Durchgang: 2 Minuten.

Variationen

- Für 10 Pässe der Verteidiger wird den Angreifern 1 Punkt abgezogen.
- Die Außenspieler dürfen nur im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Die Anspieler können nur von den Verteidigern einbezogen werden.
- So sollen die Angreifer erkennen, dass es sehr wichtig ist, die Angriffe gezielt und entschlossen abzuschließen, um nicht nach einem Ballverlust ausgekontert zu werden.

Die Rückrundenvorbereitung steht im Februar im Mittelpunkt von Training & Wissen online! In unserem Themenschwerpunkt finden Sie aktuelle Trainingspläne für A-/B-Junioren sowie Aktive, zahlreiche Informationen zu verschiedenen alternativen Sportarten, ein Interview zum Thema und vieles mehr. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihre Rückrundenvorbereitung aus? Schreiben Sie an trainingwissen@dfb.de.