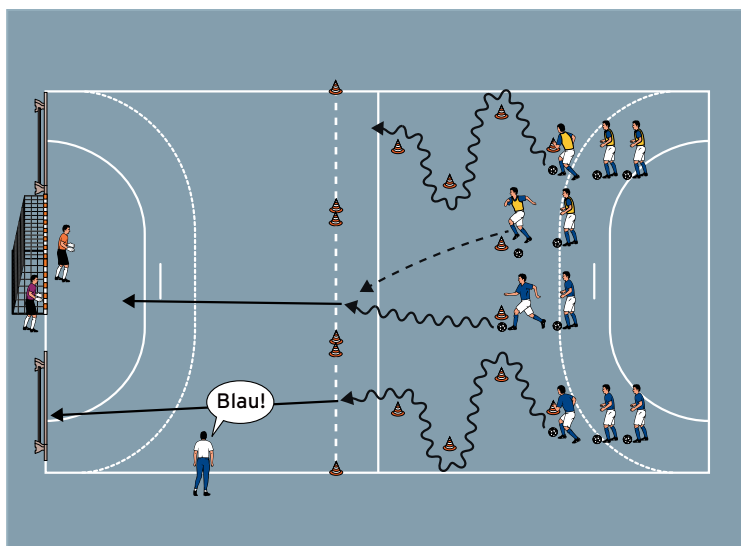


HAUPTTEIL 1: Doppelaktion I

von Michael Prus (07.02.2017)



Organisation

- Auf einer Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen
- Links und rechts neben dem Tor je 1 Bank platzieren
- 15 Meter vor jeder Bank einen Slalom errichten
- 8 Meter vor dem Tor drei Schusslinien markieren
- 2 Mannschaften bilden und die vorgegebenen Positionen besetzen

Ablauf

- Der Trainer startet per Zuruf die Aktion.
- Zunächst dribbeln die jeweils ersten Spieler durch den Slalom und passen gegen die Bank.
- Der Spieler, der zuerst gegen die Bank spielt, gewinnt das Angriffsrecht für sein Team und sein Mitspieler in der Mitte darf mit Ball Richtung Tor starten.
- Dabei wird er vom gegnerischen Spieler unter Druck gesetzt.
- Der Angreifer schießt von der Hütchenlinie auf das Tor ab.

Variationen

- Ohne Verteidiger spielen.
- Nur mit rechts/links durch den Slalom dribbeln und gegen die Bank passen.

Tipps und Korrekturen

- Nach 3 Durchgängen Positionen und Aufgaben tauschen.
- Für den ersten Banktreffer wird 1 Punkt vergeben.
- Für einen Treffer im Tor einen weiteren Punkt vergeben.
- Auf eine enge Ballführung im Dribbling achten.
- Möglichst zielstrebig abschließen.