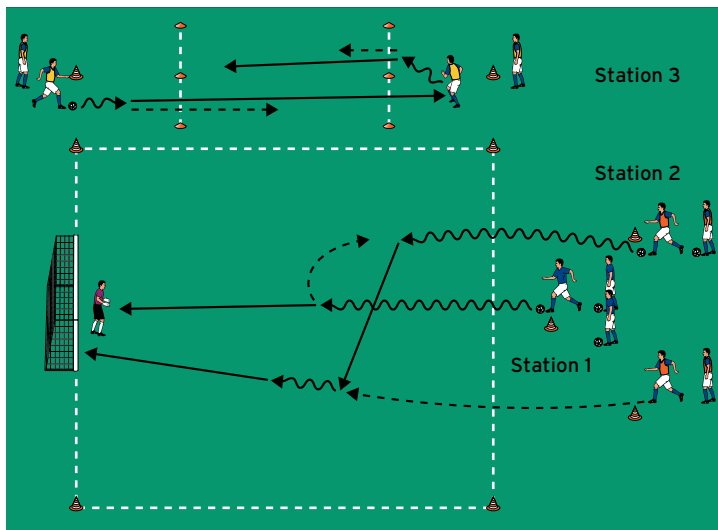


## THEMA: IM STATIONSTRAINING ALLE TECHNIKEN VERBESSERN



### HAUPTTEIL 2:

## PASS-STATIONEN

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Hinter der Grundlinie ohne Tor 3 Starthütchen gemäß Abbildung errichten (Station 1 und 2)
- ▶ An Station 3 die Stange entfernen und die Hütchentore jeweils um 1 Hütchen erweitern
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ Die Teams mit Bällen (gemäß Abbildung) den Stationen zuordnen.
- ▶ Das Team an Station 1 stellt einen Torhüter.

### ABLAUF

- ▶ Station 1: Der erste Spieler dribbelt ins Feld, schießt auf das Tor mit Torhüter ab und wird zum Verteidiger.
- ▶ Station 2: Sobald der Spieler von Station 1 Verteidiger ist, starten die jeweils ersten Spieler ins Feld und versuchen, im 2 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Station 3: Der erste Spieler passt durch die Hütchentore und läuft seinem Zuspiel nach. Der Passempfänger nimmt zum rechten Hütchentor an und mit, spielt durch die Hütchentore und läuft seinem Pass nach.
- ▶ Spielzeit jeweils 5 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die die Positionen und Aufgaben tauschen.

### VARIATIONEN

- ▶ Station 1: Der Spieler erhält ein hohes Zuspiel vom Torwart und schießt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Station 2: Zunächst startet ein Angreifer zum 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter, ehe ein weiterer Angreifer zum 2 gegen 1 nachrückt.
- ▶ Station 3: Den Ablauf im Uhrzeigersinn durchführen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er über die gegenüberliegende Grundlinie.
- ▶ Das 2 gegen 1 endet, wenn ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Zielstrebig abschließen!
- ▶ An Station 3 möglichst mit 2 Kontakten spielen.