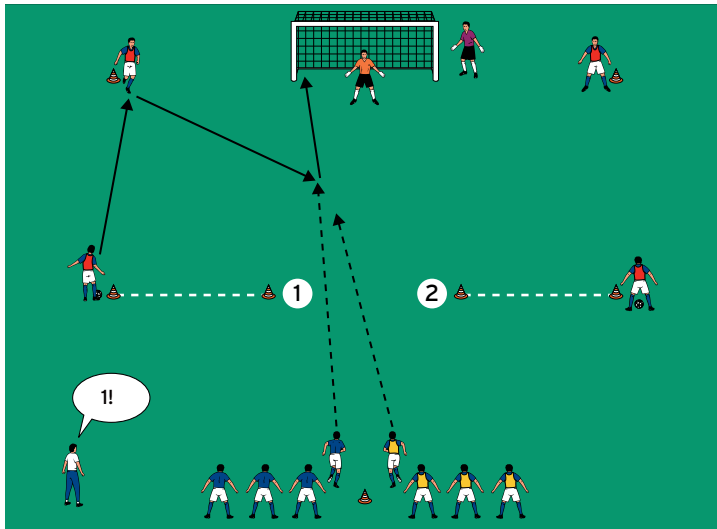


THEMA: DIE SCHNELLIGKEIT MIT DIREKTEN DUELLEN TRAINIEREN



HAUPTTEIL 2:

LINIEN-SPRINT II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Jetzt 2 Außenspieler an der Grundlinie postieren.
- ▶ Die beiden Seiten jeweils durchnummerieren.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet per Zuruf einer Zahl die Aktion.
- ▶ Die beiden Spieler starten erneut über die Hütchenlinie.
- ▶ Der Spieler, der zuerst die Linie überquert, wird Angreifer und der andere wird Verteidiger.
- ▶ Mit dem Kommando passt der aufgerufene Außenspieler zum Mitspieler an der Grundlinie, der auf den Angreifer zum Torabschluss ablegt.
- ▶ Jeder Treffer ergibt 1 Punkt.

VARIATIONEN

- ▶ Die beiden Läufer postieren sich mit dem Rücken zur Spielrichtung.
- ▶ Die Läufer postieren sich seitlich und schauen sich gegenseitig an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Trainer kann zur besseren Erkennung den Sieger des Sprintduells ansagen.
- ▶ Die Spieler sollen jedoch nicht stoppen, sondern direkt in Richtung Tor weiterstarten.
- ▶ Die Außenspieler nach jeweils 3 Durchgängen wechseln.