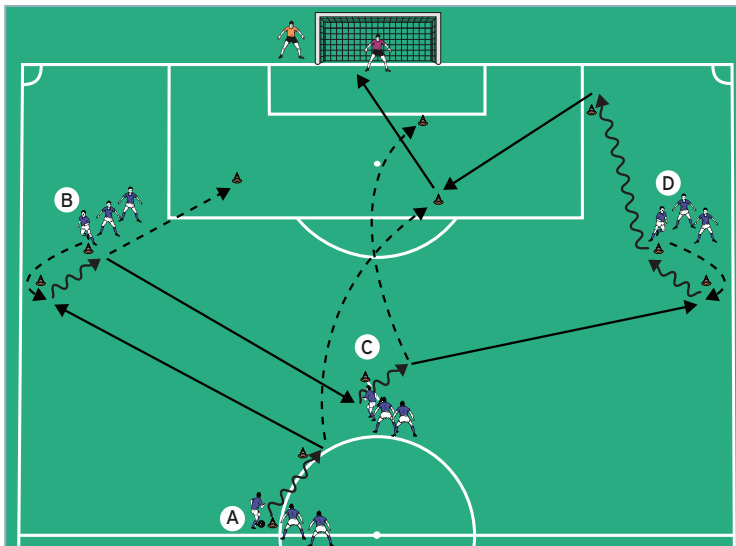


HAUPTTEIL 1: Spielverlagerung durch das Zentrum I

von Armin Friedrich (11.08.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Die beiden äußeren Stationen des Parcours zur Seitenlinie verschieben
- Zusätzlich Positionsmarkierungen am Flügel sowie im Strafraum markieren
- Auf der Grundlinie 1 Tor markieren und mit Torhütern besetzen
- Die Spieler an den Stationen verteilen

Ablauf

- Die Passfolge aus Aufwärmen 2 beibehalten.
- Jetzt nimmt D in Richtung Grundlinie mit.
- Gleichzeitig starten A, B und C vor das Tor und besetzen die vorgegebenen Positionen.
- D passt auf einen der aufgerückten Mitspieler, der abschließt.

Variationen

- C passt per Flugball in den Lauf von D.
- Über die jeweils andere Seite spielen.

Tipps und Korrekturen

- Auf ein korrektes Timing beim Entgegenstarten der Außenspieler achten.
- Jeweils sofort in die Bewegung zum Tor mitnehmen.
- Als Außenspieler stramm und präzise auf die hereinstartenden Mitspieler ablegen.
- Zielstrebig abschließen!