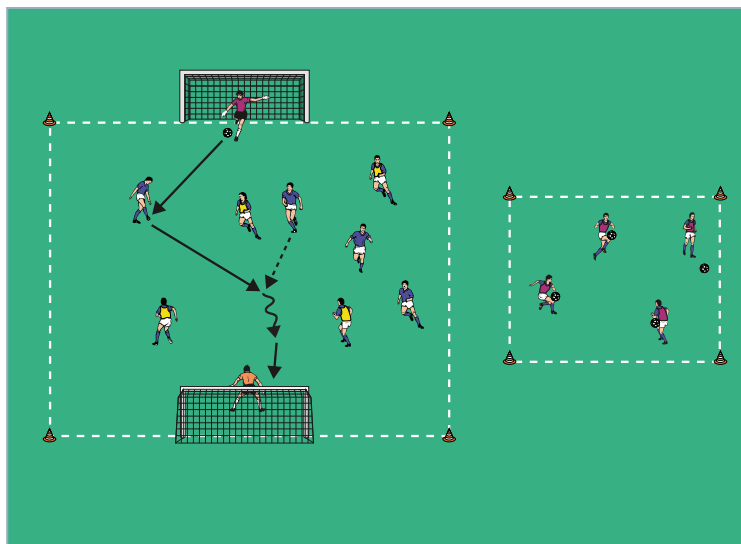


HAUPTTEIL 1: Extra-Feld I

von Mario Vossen (11.08.2015)



Organisation

- Ein 20-x-20-Meter-Spielfeld mit 2 Toren mit Torhütern errichten
- Neben dem Spielfeld ein 12 Meter großes Quadrat markieren
- 3 Mannschaften zu je 4 Spielern bilden
- Angreifer und Verteidiger bestimmen, die sich im Spielfeld aufstellen
- Die Spieler des dritten Teams stellen sich jeweils mit Ball in das markierte Feld

Ablauf

- 4 gegen 4 im Spielfeld auf die beiden Tore.
- Ohne Ecken und Einwürfe spielen.
- Jede Aktion wird vom Torhüter der Angreifer gestartet.
- Die Spieler des pausierenden Teams jonglieren derweil im Extra-Feld.
- Die Spielzeit pro Durchgang beträgt jeweils 4 Minuten.

Variationen

- Die Überzahlmannschaft spielt mit maximal 3 Kontakten.
- Die Spieler im kleinen Feld erhalten spezielle Jonglieraufgaben (z.B. nur mit rechts/links, nur über/unter Kniehöhe usw).
- Das pausierende Team jongliert mit 1 Ball.
- Erobern die Verteidiger im Spiel den Ball, dürfen sie auf beide Tore kontern.

Tipps und Korrekturen

- Nach jedem Durchgang wechseln die Angreifer ins kleine Feld.
- Die Verteidiger werden Angreifer.
- Darauf achten, dass die pausierenden Spieler sich aktiv mit Ball beschäftigen.
- Die Ergebnisse der Spiele notieren und am Ende den Turnier-Sieger bestimmen.