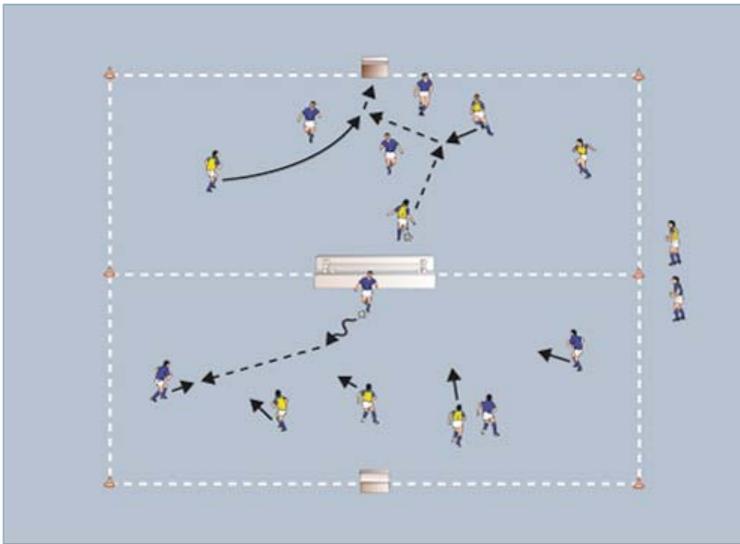




D- UND C-JUNIOREN SCHLUSSTEIL: Fliegender Felderwechsel

von Steffen Freund (31.01.2012)



Organisation

- 2 Felder mit je 1 Langbank und 1 kleinen Kasten errichten
- 2 Mannschaften bilden
- Jede Mannschaft stellt ein 4er- und ein 3er- Team sowie 1 Auswechselspieler

Ablauf

- Die 4er-Teams greifen jeweils auf die kleinen Kästen an, die 3er-Teams kontern auf die Langbänke.
- Die Auswechslungen dürfen in beiden Feldern fliegend erfolgen.
- Spielzeit: jeweils 3 Minuten.
- Welche Mannschaft gewinnt insgesamt die meisten Spiele?

Variationen

- Die Überzahlmannschaft darf mit höchstens 3 Kontakten agieren.
- Treffer auf die Kleinkästen zählen doppelt.

Tipps und Korrekturen

- Das Spiel erhält seinen Namen dadurch, dass die Auswechselspieler in beide Felder wechseln können. So können sie selbst entscheiden, ob sie in Überzahl auf den Kleinkästen oder in Unterzahl auf die Langbank angreifen möchten.
- Nach jedem Durchgang die mannschafts-internen Aufgaben wechseln.

Die Weihnachtstage sind vorbei, das neue Jahr hat gerade begonnen. Da geht die Arbeit für die Trainer schon wieder los. Die Rückrundenvorbereitung steht auf dem Programm. Im Themenschwerpunkt auf Training & Wissen online finden Sie alles, was Sie dafür wissen müssen. Wie immer können Sie sich auch beteiligen: Schicken Sie Tipps, Anregungen und Fragen zum Thema 'Rückrundenvorbereitung' an training-wissen@dfb.de.