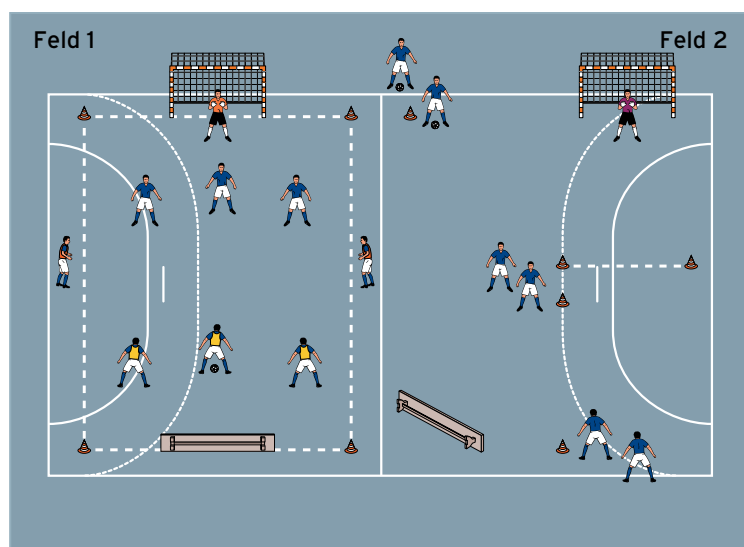
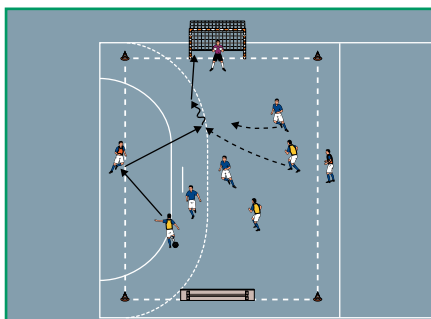


HAUPTTEIL 2: Bank-Treffer II

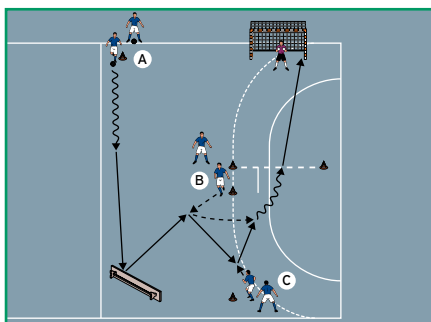
von Ralf Peter (13.12.2016)



Feld 1



Feld 2



Organisation

- Den Grundaufbau und die Gruppen aus Hauptteil 1 beibehalten
- In Feld 1 eine Langbank durch ein Tor ersetzen
- In Feld 2 die Stellung der Langbank verändern (siehe Abbildung) und ein weiteres Positionshütchen aufstellen

Ablauf

Feld 1

- Den Grundablauf aus Hauptteil 1 beibehalten.
- Jetzt stellt die dritte Mannschaft 2 neutrale Anspieler an den Seitenlinien und 1 Torhüter, der zunächst mit Blau zusammenspielt.
- Spiel auf das Tor mit Torhüter und die Langbank.
- Nach jeweils 3 Minuten die Seiten wechseln.

Feld 2

- Die Spieler besetzen vorgegebene Positionen.
- A dribbelt ins Feld und passt so gegen die Langbank, dass der Ball zu B zurückprallt ('Spiel über den Dritten').
- B leitet auf C weiter, der sofort in den Lauf von B zurückprallen lässt.
- B kontrolliert das Zuspiel und schießt nach einem kurzen Dribbling von der Schusslinie auf das Tor ab.
- Im Anschluss an jede Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

Tipps und Korrekturen

- In Feld 2 wird die Langbank als Bande eingesetzt. Die Spieler sollen entsprechend flach und scharf passen, damit die Zuspiele auch beim Passempfänger ankommen.
- B soll möglichst direkt auf C weiterleiten und sofort mit einer kurzen Drehung das erneute Zuspiel in den Raum fordern.
- Stets von beiden Seiten üben: Nach einigen Durchgängen kann die Langbank auf der jeweils anderen Seite des Feldes aufgestellt werden, sofern nicht ausreichend Langbänke zur Verfügung stehen.