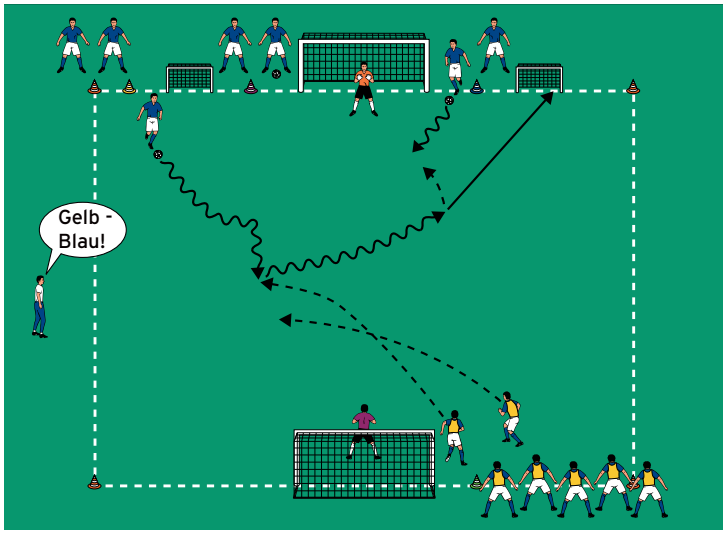

HAUPTTEIL 2:

VARIABLE ABWEHR I

von Marcus Sorg (16.05.2017)

ORGANISATION

- Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- Der Trainer ruft die Farbe eines Hütchens, von dem aus der Angreifer eindribbelt.
- Gleichzeitig laufen die ersten beiden Verteidiger zum 2 gegen 1 ins Feld.
- Sobald ein Treffer erzielt oder ins Aus gespielt wird, ruft der Trainer eine weitere Hütchenfarbe auf, damit der nächste Angreifer zum 2 gegen 2 eindribbeln kann.
- Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie auf das andere Tor und die Minitore.
- Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach einigen Durchgängen.

VARIATIONEN

- Der Trainer spielt neutral ein.
- Der Angreifer bekommt den Ball vom nächsten Spieler flach zugespielt.
- Der Angreifer bekommt vom nächsten Spieler hoch zugeworfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Der Verteidiger orientiert sich schnell zum Angriffshütchen, um Platz zum eigenen Tor zu gewinnen.
- In Überzahl aggressiv verteidigen und Druck auf den Angreifer ausüben.
- In Unterzahl zunächst zurückweichen, um den Angriff zu verlangsamen.