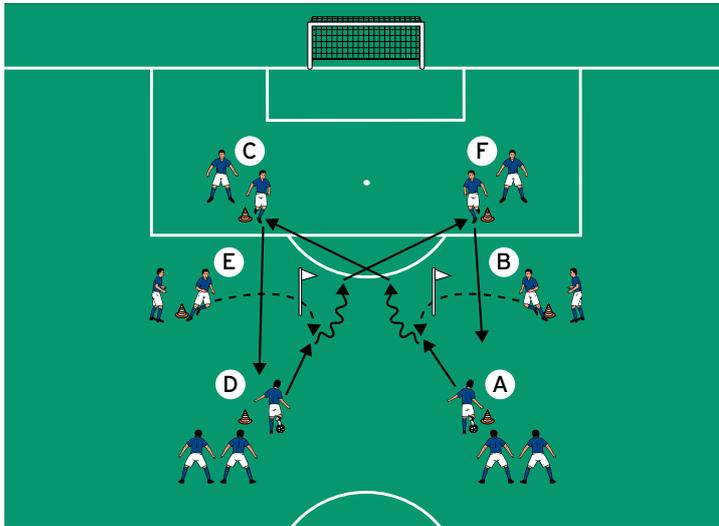


A-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

ENTGEGENKOMMEN, PASSEN UND AUFDREHEN

von Marcus Sorg (30.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Einen Parcours aufbauen
- ▶ 1 zentrales Stangentor aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ A passt zum entgegenstartenden B, der frontal zum Stangentor aufdreht und zu C passt.
- ▶ C spielt zu D weiter.
- ▶ Gleicher Ablauf auf der jeweils anderen Seite: D passt zum entgegenkommenden E, der frontal zum Stangentor aufdreht usw.

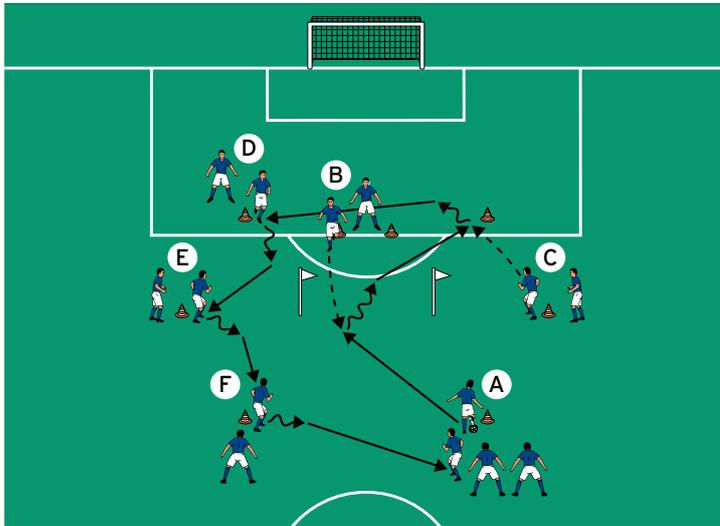
VARIATIONEN

- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball: Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ B und E führen nach der Drehung eine Finte aus, ehe sie zu C bzw. F weiterpassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ B und E müssen die Zuspiele deutlich vor dem Stangentor annehmen.
- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler in Ballerwartungshaltung agieren.

A-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

ENTGEGENKOMMEN, PASSEN, AUFDREHEN UND QUERPASS

von Marcus Sorg (30.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Grundaufbau wie zuvor
- ▶ Den Parcours erweitern
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ A spielt auf den entgegenkommenden B, der vor dem Stangentor annimmt und auf C spielt.
- ▶ C spielt quer auf D, der kurz annimmt und zu E passt.
- ▶ E passt zu F, der zu A zurückspielt.
- ▶ Die Spieler folgen jeweils ihrem Zuspiel.

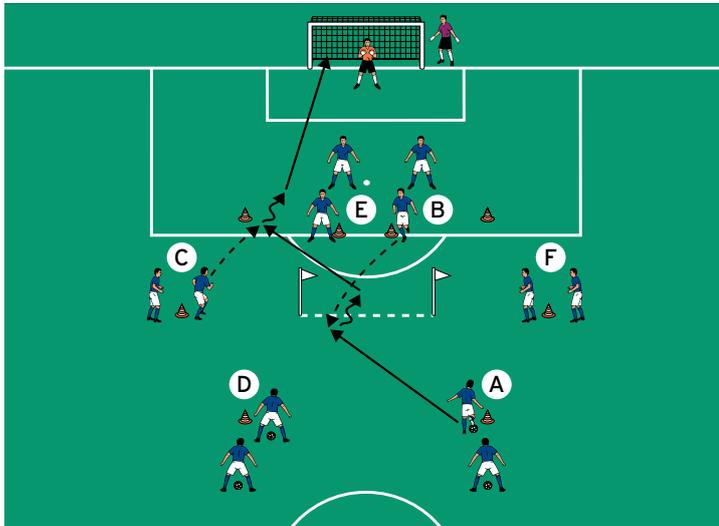
VARIATIONEN

- ▶ Alle Spieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Alle Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Den Parcours bei F starten und in entgegengesetzter Richtung spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf druckvolle und präzise Zuspiele achten.
- ▶ Blickkontakt vor dem Entgegenkommen aufnehmen.
- ▶ Den Steilpass kurz hinter den Strafraum spielen.

A-JUNIoren



HAUPTTEIL 1:

ENTGEGENKOMMEN UND AUF-DREHEN MIT TORSCHUSS

von Marcus Sorg (30.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Parcours beibehalten
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ A spielt auf den diagonal entgegenkommenden B, der kurz annimmt und auf den vor das Tor startenden C passt.
- ▶ C schießt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Gleicher Ablauf von der anderen Seite: D spielt auf den diagonal entgegenkommenden E, der annimmt und auf den startenden F passt.
- ▶ F schießt auf das Tor mit Torhüter ab.

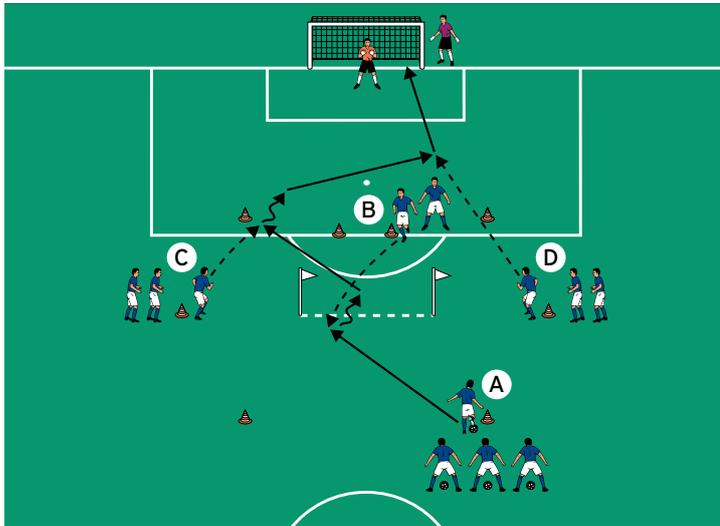
VARIATIONEN

- ▶ Die Passgeber müssen mit genau 2 Kontakten zuspelen (annehmen, passen).
- ▶ C und F schießen nach maximal 3 Kontakten ab.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine schnelle Drehung der entgegenstartenden Angreifern (B und E) achten.
- ▶ Die Steilpässe präzise in den Lauf zuspelen.
- ▶ Auf ein korrektes Timing des Gesamtablaufs achten.

A-JUNIOREN



HAUPTTEIL 2:

PASSKOMBINATION MIT QUERPASS UND TORSCHUSS

von Marcus Sorg (30.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie in Hauptteil 1.
- ▶ Jetzt spielt C quer zum von der anderen Seite startenden D, der auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Von der anderen Seite passt D auf den vor das Tor startenden C usw.

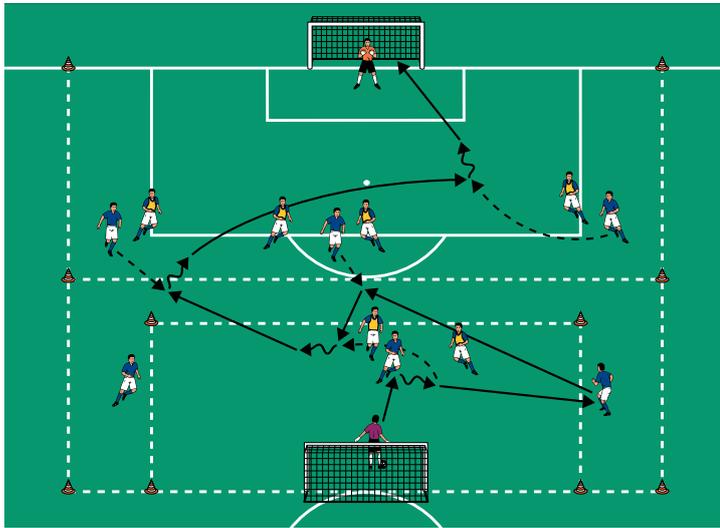
VARIATIONEN

- ▶ B lässt zu A zurückprallen. A spielt dann in den Lauf von C bzw. D in die Tiefe.
- ▶ A hinterläuft D, bekommt ein Zuspiel von C in den Lauf und schießt dann auf das Tor mit Torhüter ab.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Querpas möglichst parallel oder leicht nach hinten spielen.
- ▶ Die Abseitsregel beachten.
- ▶ Zielstrebig abschließen.

A-JUNIoren



SCHLUSSTEIL:

6 GEGEN 6 PLUS 2 TORHÜTER

von Marcus Sorg (30.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Ein 60 x 40 Meter großes Feld abstecken
- ▶ Beide Strafräume und eine Mittellinie markieren
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 Großtor aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Gültige Treffer können nur nach einem Zuspiel auf einen aus der gegnerischen Hälfte entgegenstartenden Angreifer erzielt werden.
- ▶ Mit dem Zuspiel auf den Angreifer freies Spiel bis zum Torabschluss.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen zwischen Strafraum und Mittellinie angespielt werden.
- ▶ 2 Neutrale bestimmen, die mit den Ballbesitzern zusammenspielen.
- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollen möglichst sofort in Torrichtung aufdrehen und dann über die Mittellinie passen.
- ▶ Schnelles Kombinationsspiel einfordern.
- ▶ Zielstrebige Abschlüsse zum Tor suchen.