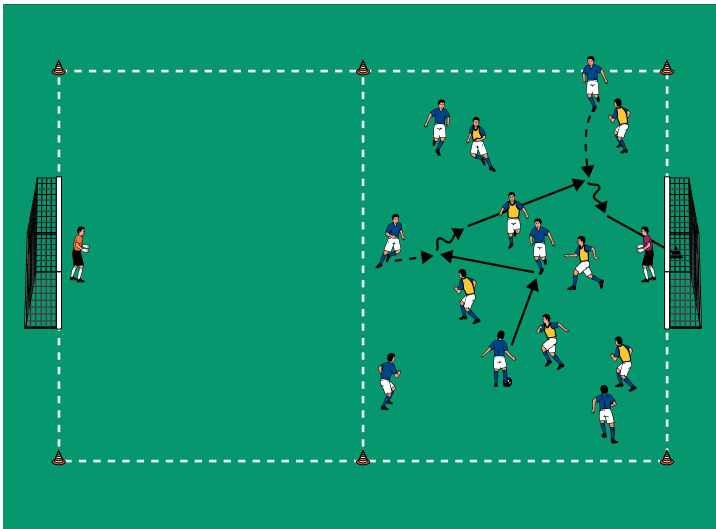


THEMA: FUSSBALLSPEZIFISCHES FITNESSTRAINING



SCHLUSSTEIL:

NACHRÜCK-SPIEL AUF JUGENDTORE

ORGANISATION

- ▶ Zwischen Strafraum und Mittellinie ein 55 x 35 Meter großes Feld mit Jugendtoren mit Torhütern errichten
- ▶ Eine Mittellinie markieren
- ▶ 2 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf die beiden Jugendtore mit Torhütern.
- ▶ Gültige Treffer können nur erzielt werden, wenn alle Spieler der Ballbesitzer über die Mittellinie nachgerückt sind und sich in der gegnerischen Hälfte befinden.

VARIATIONEN

- ▶ Mit höchstens 3 Kontakten agieren.
- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler stets in Bewegung sind.
- ▶ Die Positionen in Breite und Tiefe besetzen und den gesamten Raum des Feldes ausnutzen.