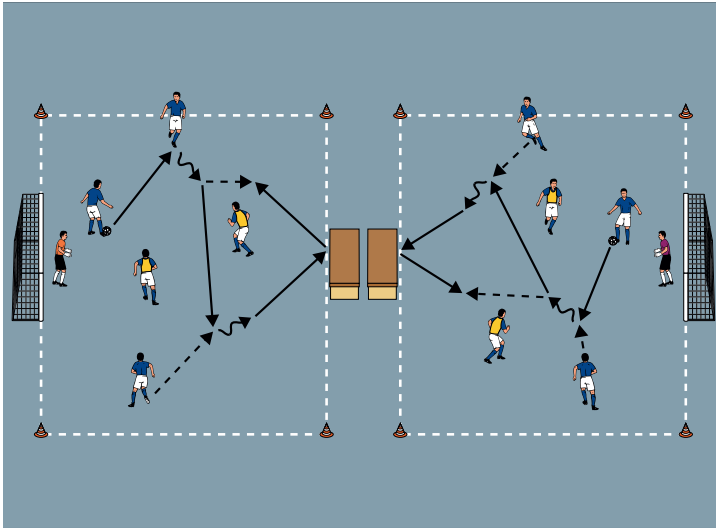


THEMA: TECHNIK-WETTKÄMPFE MIT DEM GROSSEN KASTEN



HAUPTTEIL 2:

3 GEGEN 2 II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.

ABLAUF

- ▶ Die Angreifer starten nun vom Tor aus.
- ▶ Sie müssen jedoch zunächst im 3 gegen 2 gegen den Kasten passen, bevor sie auf das Tor angreifen können.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball in der ersten Phase, ist die Aktion beendet.
- ▶ Erobern die Verteidiger in der zweiten Phase den Ball, so können sie auf den Kasten kontern.
- ▶ Die Spielzeit pro Durchgang beträgt erneut 2 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Tore zählen doppelt.
- ▶ Kastentreffer zählen einfach.
- ▶ In der Aufbauphase können 10 Pässe einen Kastentreffer ersetzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In dieser Übung kommt es zu schnellen Wechseln der Spielrichtung.
- ▶ Falls sich die Verteidiger in der ersten Phase zu nah am Kasten postieren, sollte der Trainer einen Mindestabstand vorgeben.