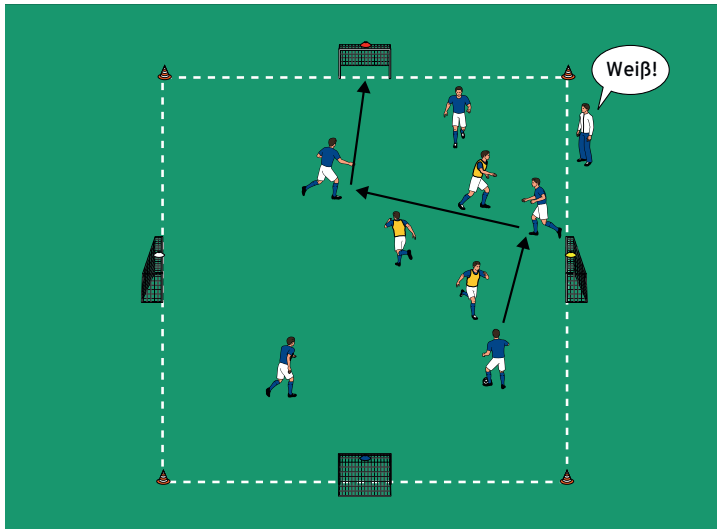


THEMA: IN KLEINGRUPPEN AUF DIE SAISON VORBEREITEN



HAUPTTEIL 2:

FARB-TORE II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 5 Angreifer und 3 Verteidiger benennen.

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 3 auf Ball halten.
- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Angreifer schnellstmöglich in eines der nicht genannten 3 Tore passen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf eines der 4 Tore.
- ▶ Die Spielzeit pro Durchgang beträgt 2 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Verteidiger tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Pflicht-Kontakten spielen.
- ▶ Kontertore zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach dem Trainerkommando müssen sich die Angreifer blitzschnell im Raum orientieren und die möglichen Tore erkennen.