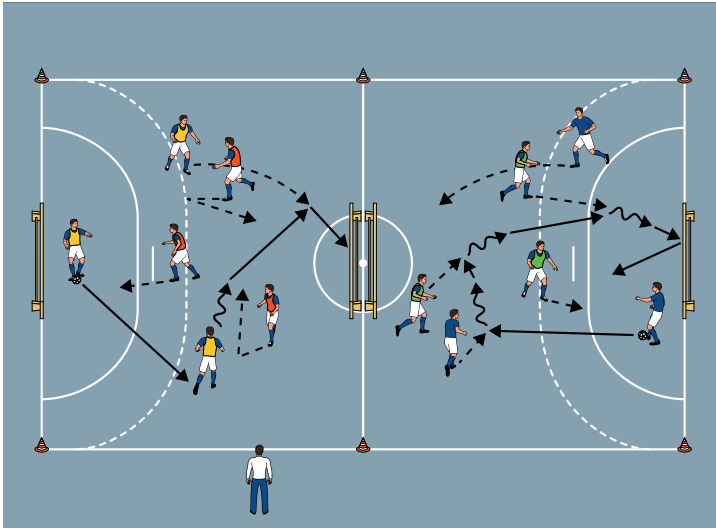


THEMA: LANGBÄNKE KREATIV INS TRAINING INTEGRIEREN



SCHLUSSTEIL:

3-GENEN-3-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau unverändert lassen.
- ▶ 4 Mannschaften zu je 3 Spielern bilden.

ABLAUF

- ▶ Die Mannschaften treten im Modus 'jeder gegen jeden' im 3 gegen 3 gegeneinander an.
- ▶ Die Langbänke als Tore nutzen.
- ▶ Die Spielzeit pro Durchgang beträgt 3 Minuten, danach wechseln die Teams die Felder.

VARIATIONEN

- ▶ Die in Führung liegende Mannschaft agiert mit maximal 3 Kontakten.
- ▶ Treffer nach Direktabnahme zählen doppelt.
- ▶ Treffer, nachdem jeder Spieler einer Mannschaft in Ballbesitz war, zählen dreifach.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zum Schluss frei spielen lassen.
- ▶ Zuvor erprobte Abläufe und Kombinationsmöglichkeiten werden nun in Gleichzahl angewendet.
- ▶ Darauf achten, dass im Bereich der Bänke keine Zweikämpfe geführt werden.
- ▶ Auf ein präzises und flaches Passspiel achten.