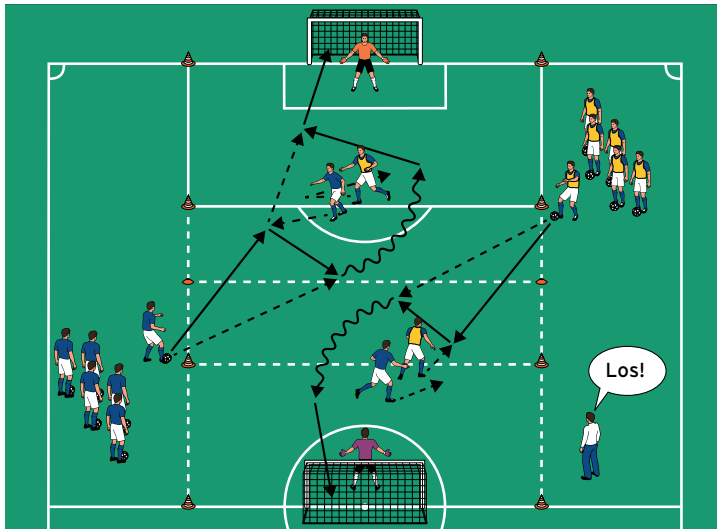


THEMA: TORCHANCEN GEZIELT HERAUSSPIELEN



HAUPTTEIL 1:

2 GEGEN 1 AUF 2 TORE

ORGANISATION

- ▶ In einer Spielfeldhälfte auf Strafraumbreite ein Feld mit Toren mit Torhütern markieren.
- ▶ Die Mittellinie markieren.
- ▶ An den Seitenlinien 4 Starthütchen errichten.
- ▶ 2 Gruppen einteilen, einem Tor zuweisen und an 2 diagonal gegenüberliegenden Starthütchen aufstellen.
- ▶ Pro Gruppe 1 Angreifer und 1 Verteidiger bestimmen und an der Strafraumlinie postieren.
- ▶ Alle übrigen Spieler mit Ball.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passt der jeweils erste Spieler zu seinem Angreifer, der dem Zuspiel entgegenstartet.
- ▶ Dieser lässt das Zuspiel prallen.
- ▶ 2 gegen 1 bis zum Torabschluss.
- ▶ Der Angreifer wird Verteidiger, der Passgeber wird Angreifer, und der Verteidiger stellt sich mit Ball wieder bei der Gruppe an.

VARIATIONEN

- ▶ Die Übung von der jeweils anderen Seite durchführen.
- ▶ Der Angreifer muss nicht prallen lassen. Der Passgeber rückt sofort zum 2 gegen 1 nach.
- ▶ Eine Konterlinie für den Verteidiger markieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter stoßen zum Mannschaftstraining hinzu.
- ▶ Beide Gruppen trainieren gleichzeitig.
- ▶ Der Angreifer muss sich im richtigen Moment vom Verteidiger lösen und dem Anspiel explosiv entgegenstarten.
- ▶ Nach dem Anspiel sofort wieder seitlich anbieten.
- ▶ Die Überzahlsituation zielstrebig ausspielen: Den Gegenspieler "binden" und im richtigen Moment auf den freien Mitspieler ablegen.
- ▶ Spekuliert der Verteidiger auf die Ballablage, kann der Stürmer auch im Alleingang zum Tor starten.