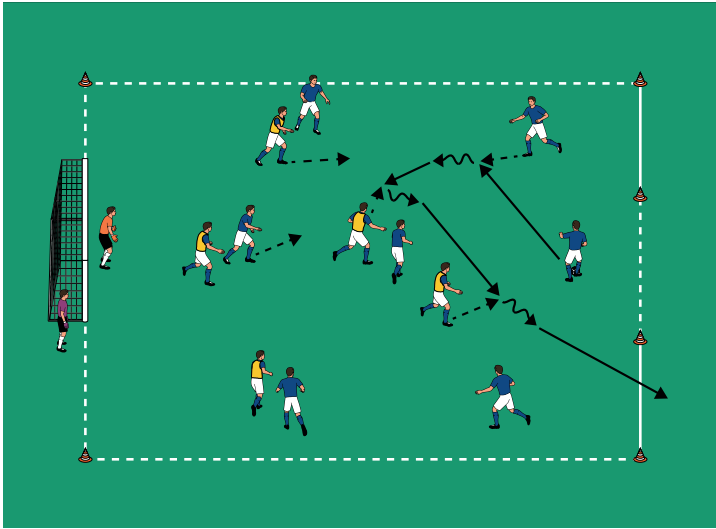


THEMA: SCHNELLE BALL-RÜCKERBERUNGEN DURCH GEGENPRESSING



HAUPTTEIL 1:

GEGENPRESSING I

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit Tor und 2 Hütchenlinien errichten.
- ▶ 7 Angreifer und 5 Verteidiger benennen.
- ▶ Das Tor mit Torwart besetzen.

ABLAUF

- ▶ Die Angreifer versuchen, im 7 gegen 5 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die Hütchenlinien.
- ▶ Jede Aktion wird von der Angreifermannschaft gestartet.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 3 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Torhüter abwechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Kontertole der Verteidiger zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollen versuchen, die Überzahl-situationen mit einem Torschuss abzuschließen.
- ▶ Im Falle eines Ballverlusts sollen sie jedoch sofort nachsetzen und den Ball in Überzahl schnellstmöglich zurückgewinnen.
- ▶ Jede Aktion ist erst dann beendet, wenn der Ball ins Aus geht.
- ▶ Nach jeweils 2 Durchgängen neue Verteidiger bestimmen.