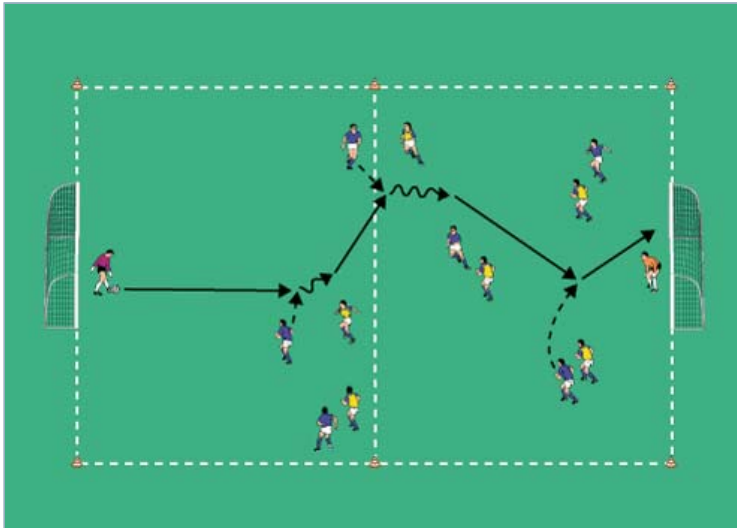




## D- UND C-JUNIOREN

# SCHLUSSTEIL: 6 gegen 6 mit Handicap

von Mario Vossen (26.02.2013)



### Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Mannschaften bilden
- Jedes Team stellt 1 Torhüter

### Ablauf

- 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so müssen sie zunächst 4 Pässe in den eigenen Reihen spielen, ehe erneut in die gegnerische Hälfte gepasst werden darf.
- Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.

### Variationen

- 1 Angreifer- und 1 Verteidiger-Team benennen und mit festen Aufgaben spielen.
- Zum Schluss frei spielen lassen.

### Tipps und Korrekturen

- Die Sonderregel erleichtert den Angreifern, nach einem Ballverlust eine schnelle Rückeroberung des Balles anzustreben.
- So kommt der Schwerpunkt der Trainingseinheit auch im Schlussteil zur Anwendung.
- Zum Schluss jedoch auf jeden Fall auch freie Spielphasen einplanen.

Die Rückrundenvorbereitung steht im Februar im Mittelpunkt von Training & Wissen online! In unserem Themenschwerpunkt finden Sie aktuelle Trainingspläne für A-/B-Junioren sowie Aktive, zahlreiche Informationen zu verschiedenen alternativen Sportarten, ein Interview zum Thema und vieles mehr. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihre Rückrundenvorbereitung aus? Schreiben Sie an [trainingwissen@dfb.de](mailto:trainingwissen@dfb.de).