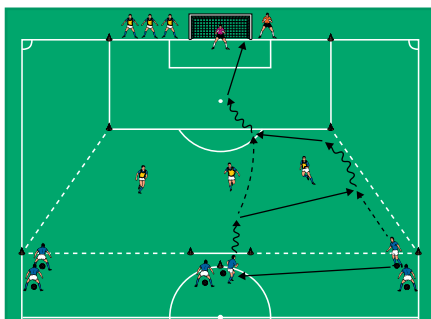


## HAUPTTEIL 2: Kompaktes Verteidigen

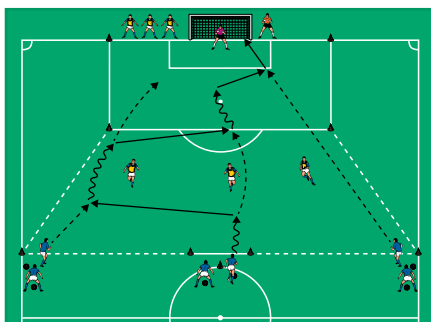
von Christoph Metzelder (07.10.2014)



### Übung 1



### Übung 2



### Organisation

- 3 Verteidiger als Dreierkette vor einem Tor mit Torhüter postieren
- 45 Meter gegenüber vom Tor 1 Hütchentor markieren und die Feldbegrenzung von den Strafraum- zu den Außenlinien ziehen (siehe Abbildung)
- Die Angreifer auf den Startpositionen verteilen

### Ablauf

#### Übung 1

- Die Angreifer versuchen, abwechselnd über die linke und rechte Angriffsseite im 2 gegen 2 gegen die jeweiligen Verteidiger auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Die Ballbesitzer leiten den Angriff jeweils mit einem Querpas ein.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das gegenüberliegende Hütchentor.

#### Übung 2

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt spielen die Angreifer und Verteidiger im 3 gegen 3 über das komplette Feld auf das Tor mit Torhüter sowie das gegenüberliegende Hütchentor.

### Tipps und Korrekturen

- Den Ballbesitzer jeweils zu zweit angreifen: Der ballnahe Verteidiger stellt, der ballferne sichert in leichter Tiefenstaffelung ab. Dabei die Laufwege nicht kreuzen.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so sollen die Angreifer sofort versuchen, den Konter mit einem Gegenpressing zu verhindern und den Ball möglichst sofort zurück zu gewinnen.