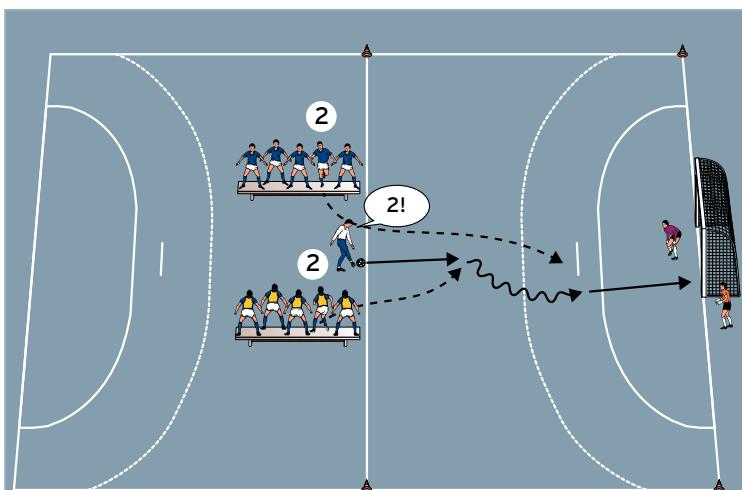


## HAUPTTEIL 2: Langbank und 1 gegen 1

von Paul Schomann (16.12.2014)



### Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Die Hallenhälfte vor dem Tor als Spielfeld markieren
- 2 Mannschaften einteilen
- Die Spieler jeweils durchnummerieren und auf den Langbänken postieren
- Der Trainer stellt sich mit Bällen mittig zwischen den Langbänken auf

### Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er eine Zahl aufruft.
- Anschließend spielt er neutral ins Feld.
- Die aufgerufenen Spieler starten zum Ball und treten im 1 gegen 1 auf das Tor gegen einander an.
- Jedes 1 gegen 1 dauert so lange, bis ein Treffer erzielt, der Ball aus dem Feld gespielt oder vom Torhüter gehalten wurde.
- Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

### Variationen

- 2 oder 3 Zahlen aufrufen und im 2 gegen 2 bzw. im 3 gegen 3 spielen.
- Als Trainer hoch ins Feld einwerfen.

### Tipps und Korrekturen

- Beide Spieler dürfen auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- Falls möglich die Hallenwände ins Spiel einbeziehen.
- Als Trainer jeden Spieler möglichst gleich häufig aufrufen.
- Die Torhüter wechseln sich nach jedem Durchgang ab.