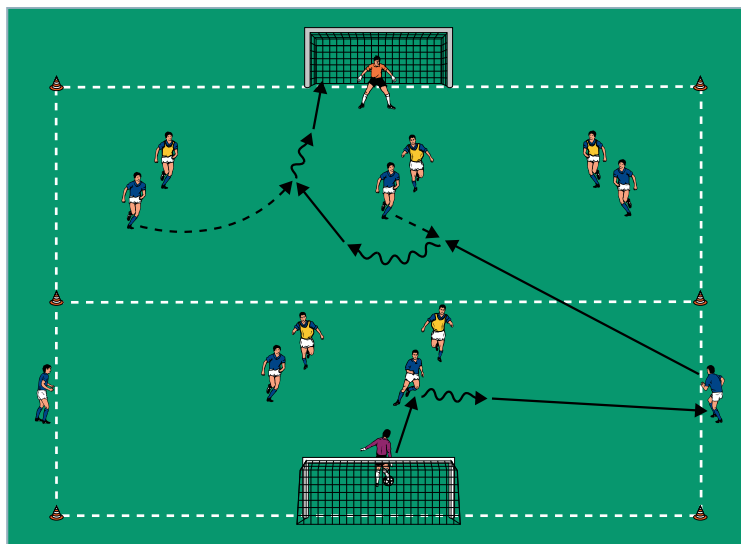


# HAUPTTEIL 1: 5 gegen 5 plus 2 I

von Mario Vossen (09.02.2016)



## Organisation

- Ein 32 x 40 Meter großes Spielfeld mit Mittellinie errichten
- Auf zwei Grundlinien gegenüber je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- 2 Mannschaften zu je 5 Spielern bilden
- 2 Anspieler benennen und auf den Seitenlinien aufstellen

## Ablauf

- Die Teams spielen im 5 gegen 5 gegeneinander.
- Blau erhält zunächst das Angriffsrecht und kann die beiden Anspieler an den Außenpositionen in den Angriffsaufbau einbeziehen.
- Jede Aktion wird vom Torhüter von Blau eröffnet.
- Nach 5 Minuten das Angriffsrecht tauschen.

## Variationen

- Die Anspieler müssen direkt spielen.
- Im Feld mit maximal 3 Kontakten spielen.
- Ein Treffer nach Zuspiel eines Anspielers zählt doppelt.

## Tipps und Korrekturen

- Die Anspieler regelmäßig wechseln.
- Zielstrebig nach vorne spielen.
- Als Anspieler auch offensiv in die gegnerische Hälfte spielen und nicht nur klatschen lassen.