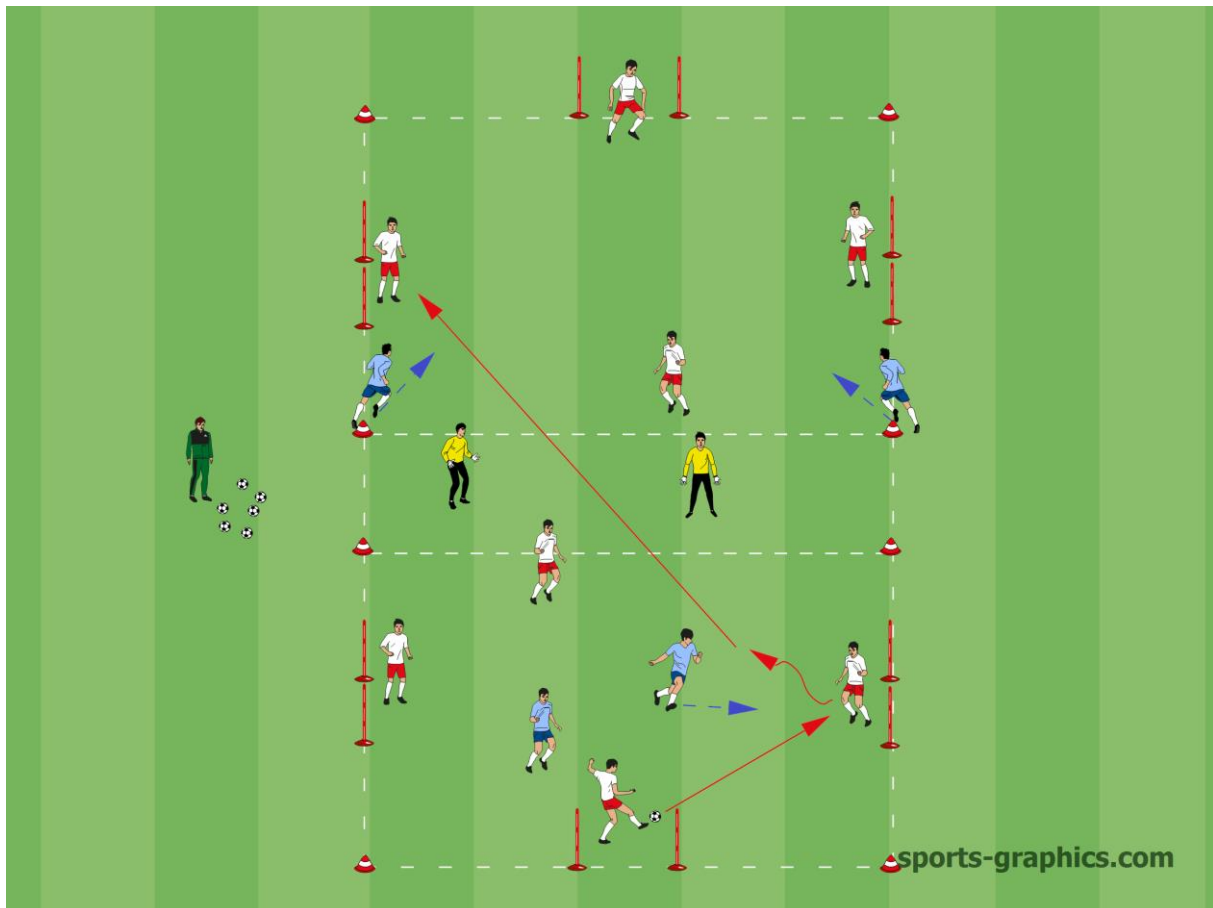


4 gegen 2 Felderwechsel



30 Minuten

Organisation:

- Ein 35 x 15 Meter großes Feld in 3 Querzonen aufteilen
- 15m – 5m – 15m
- In den Endzonen je 3 Stangentore errichten
- 8 Ballbesitzer (Weiß) und 4 Verteidiger (Blau) bestimmen
- 2 Torhüter stehen in der Mittelzone
- Je 4 Spieler (Blau) stehen in den Endzonen
- 2 Verteidiger in einer Endzone, die anderen beiden warten außerhalb der anderen Endzone
- Der Trainer steht mit einem Bälledepot neben dem Feld

Ablauf:

- In einer Endzone im 4 gegen 2 auf Ballhalten beginnen
- Das Feld darf zu jederzeit gewechselt werden
- Die Torhüter dürfen den Felderwechsel unterbinden
- Mit dem erfolgreichen Wechsel rücken die beiden außenstehenden Verteidiger ins Feld nach, die anderen beiden verlassen das ihre usw.
- Nach einem Ballgewinn kontern die Verteidiger auf ein Stangentor
- Die Verteidiger nach einiger Zeit tauschen

Variationen:

- Die Anzahl der Kontakte variieren

Coaching:

- Genauigkeit des Passspiels
- Überspielen gegnerischer Verteidigungslinien
- Breite und Tiefe schaffen

Eigene Infos: _____