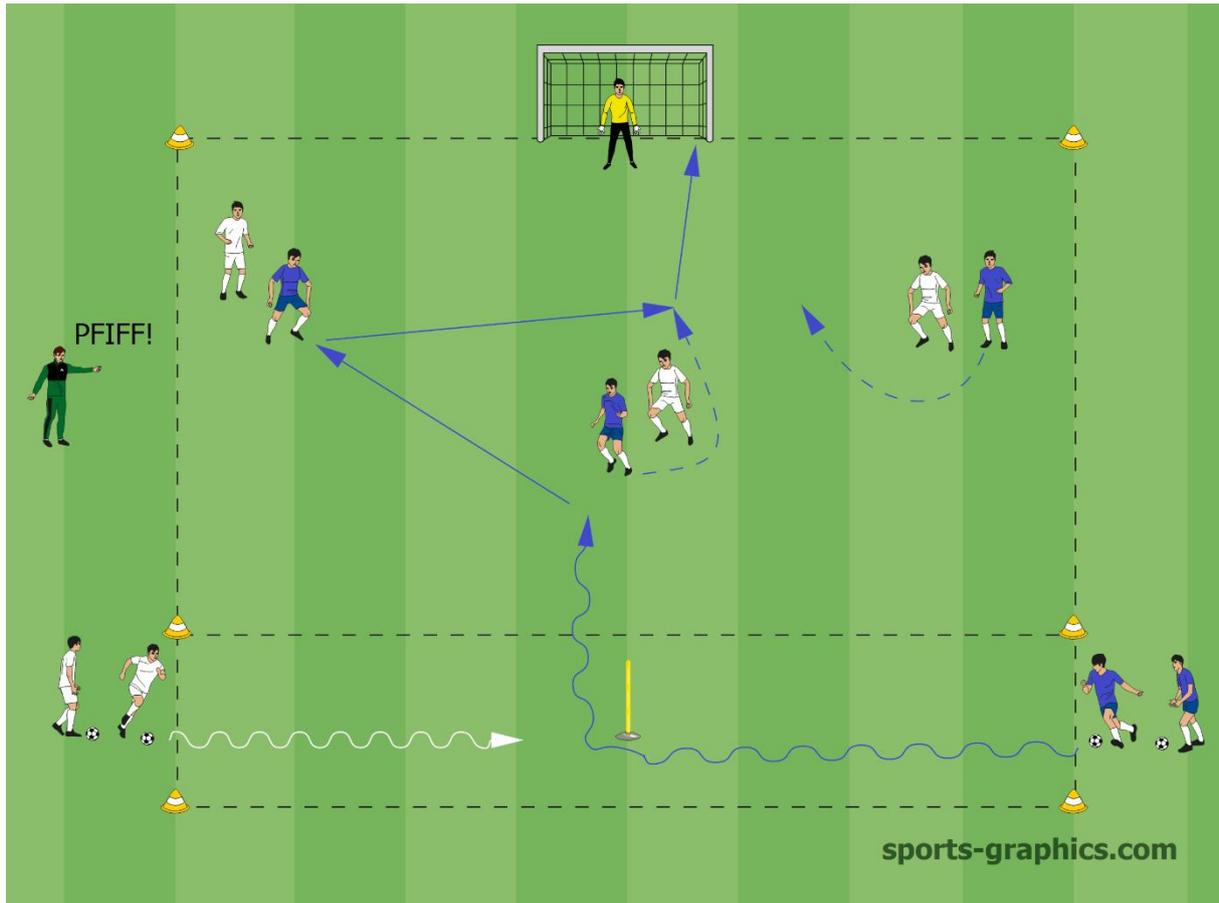


# Blitzreaktion



30 Minuten

## **Organisation:**

- Markiere ein 30 x 30 Meter großes Quadrat
- Auf der Grundlinie ein Tor mit Torhüter besetzen
- Auf der gegenüberliegenden Grundlinie einen 3 Meter breiten Korridor gemäß Abbildung markieren
- In der Mitte des Korridors eine Wendestange postieren
- Teile 2 Teams ein
- 3 Spieler pro Team postieren sich im Feld
- Die restlichen Spieler gemäß Abbildung an den Seiten des Korridors ( mit Bällen )
- Nach der Aktion tauschen beide Auftaktspieler mit einem Spieler aus dem Feld die Position und Aufgabe

## **Ablauf:**

- Auf ein Trainerkommando ( PFIFF ) dribbeln die ersten beiden Spieler um das Wendehütchen herum und anschließend ins Feld
- Der Spieler, der zuerst die Linie überquert, greift mit seinen Mitspielern im 4 gegen 3 auf das Tor an
- Erobert ein Verteidiger den Ball, so darf der 4 Spieler der „Verteidiger“ ins Feld nachrücken

## **Variationen:**

- Die Auftaktspieler müssen vor Erreichen des Wendehütchens eine Finte in die Aktion einbauen
- Im Feld nur 2 Spieler pro Team postieren

## **Coaching:**

- Antrittsschnelligkeit
- Dribbling
- Überzahl/Unterzahl
- Zielstrebig zum Torerfolg

Eigene Infos: \_\_\_\_\_