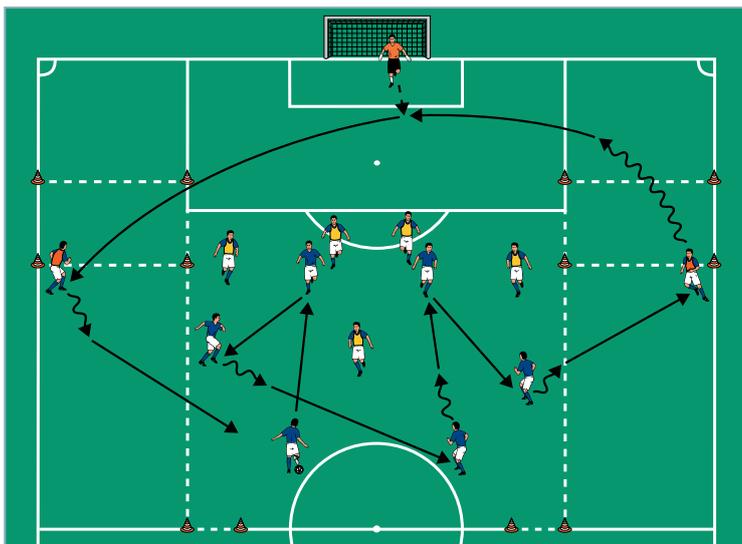


AUFWÄRMEN 2: Passkombinationen im 6 gegen 5 mit Außenspielern

von Armin Friedrich (06.09.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Die Positionshütchen im Zentrum entfernen
- Auf Strafraumbreite ein Feld markieren
- Auf der Mittellinie 2 Hütchentore errichten
- 2 neutrale Außenspieler bestimmen
- 2 Teams einteilen
- 1 Mannschaft stellt 1 Torhüter

Ablauf

- 6 gegen 5 im Feld.
- Die Angreifer versuchen, 5 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen und dann auf einen der Außenspieler zu passen.
- Der Passempfänger dribbelt durch das äußere Feld und flankt auf den Torhüter.
- Dieser fängt die Flanke ab und wirft zum jeweils anderen Außenspieler weiter.
- Dieser nimmt ebenfalls durch das Feld mit und passt zurück zu einem der Angreifer ins Zentrum, die die jeweils nächste Aktion starten usw.
- Bei Ballgewinn der Verteidiger kontern diese auf die beiden Minitore.
- Die Konter-Mannschaft darf die Außenspieler dabei ebenfalls einbeziehen.

Variationen

- Die Anzahl der erforderlichen Pässe im Kombinationsspiel variieren.
- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten agieren.

Tipps und Korrekturen

- Die Größe des zentralen Feldes dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- Die Außenspieler sollten leicht diagonal nach innen dribbeln.
- Im Zentrum flache Zuspiele fordern.