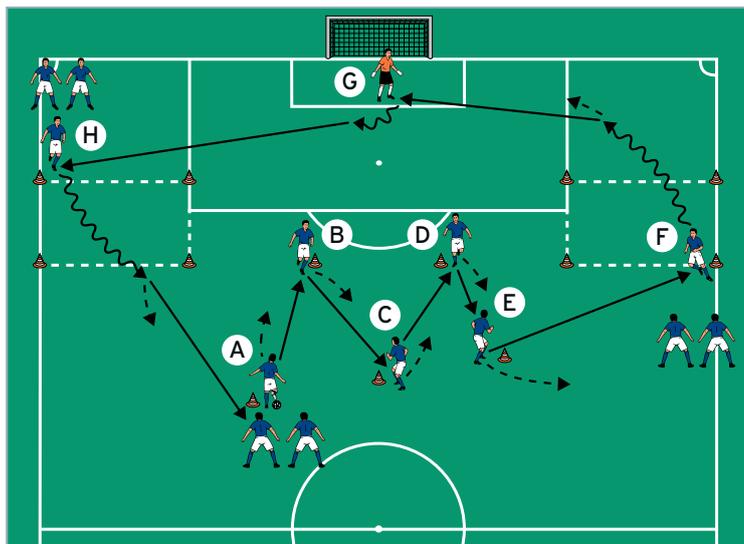


# AUFWÄRMEN 1: Passkombination

von Armin Friedrich (06.09.2016)



## Organisation

- Positionshütchen aufstellen
- Zusätzlich an den Seiten zwei Felder markieren
- Auf der Grundlinie 1 Tor aufstellen und mit Torhüter besetzen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

## Ablauf

- A passt auf B, der auf C prallen lässt.
- C spielt auf D weiter, der auf E prallen lässt.
- E spielt zu F, der durch das äußere Feld mitnimmt und auf den Torhüter G passt.
- Dieser nimmt zur jeweils anderen Seite mit und spielt zu H weiter.
- H dribbelt ebenfalls durch das äußere Feld und passt zum jeweils nächsten Spieler bei A, der die jeweils nächste Aktion startet usw.
- Der Torhüter verbleibt auf seiner Position.
- Alle übrigen Spieler laufen zur jeweils nächsten Position nach.

## Variationen

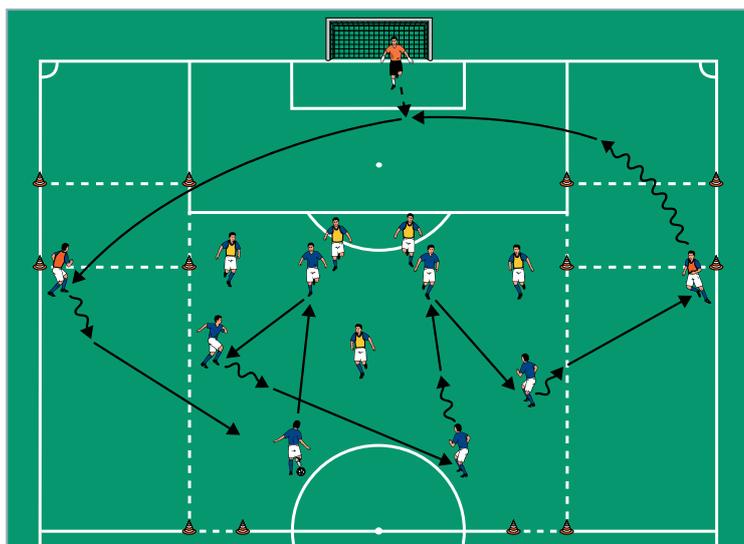
- F spielt einen Flugball zum Torhüter.
- Die Spieler A bis E müssen mit genau 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- Die Spielrichtung wechseln, und die Übung über die jeweils andere Seite durchführen.

## Tipps und Korrekturen

- Flache Pässe einfordern.
- Darauf achten, dass die Passempfänger stets aktiv auf den Fußballen agieren.

# 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 Pässempfänger 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

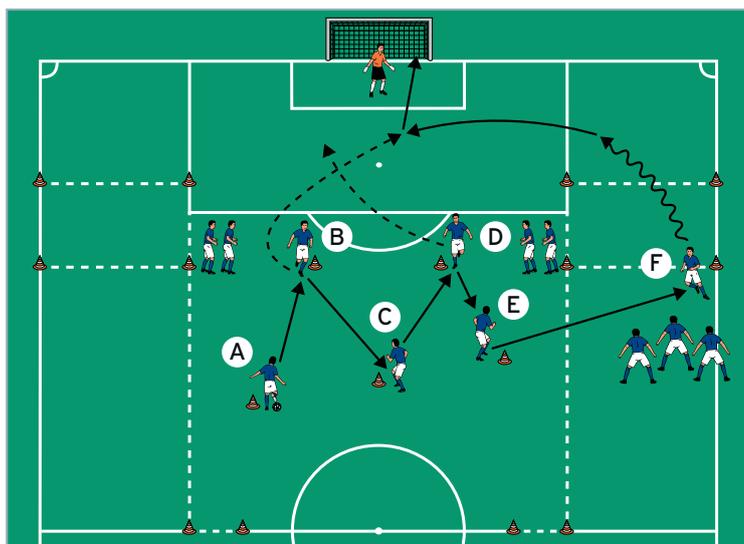
- Die Anzahl der erforderlichen Pässe im Kombinationsspiel variieren.
- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten agieren.

## 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.

# HAUPTTEIL 1: Kombinationsspiel im Zentrum mit Tempodribbling am Flügel I

von Armin Friedrich (06.09.2016)



## Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Jetzt die Positionshütchen im Zentrum erneut errichten
- Die Spieler auf den Positionen verteilen.

## Ablauf

- Grundablauf wie in Aufwärmen 1.
- Mit dem Pass von E auf F, der durch das äußere Feld dribbelt, kreuzen B und D als Angreifer vor das Tor.
- F flankt auf die hereinstartenden Angreifer, die versuchen auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.

## Variationen

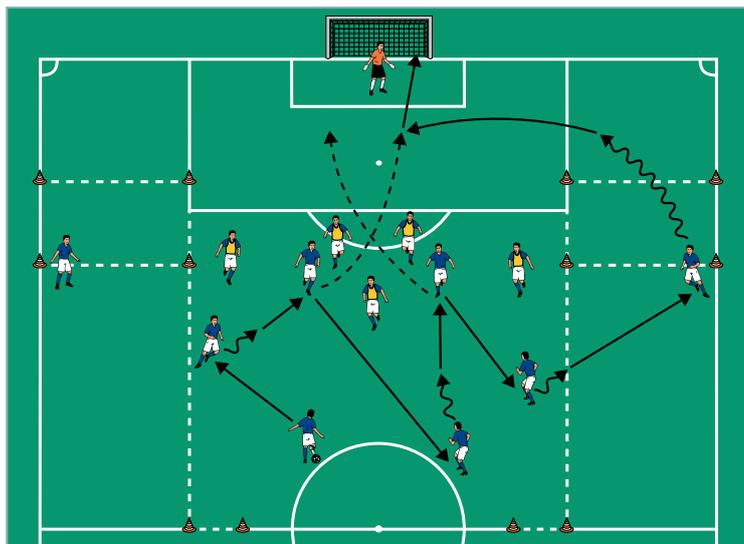
- Die Passgeber im Zentrum dürfen nur im Direktspiel agieren.
- Die Richtung ändern, und über die jeweils andere Seite spielen.

## Tipps und Korrekturen

- Auf stramme und präzise Zuspiele achten.
- Die beiden Angreifer dürfen nicht zu früh vor das Tor starten.
- Die Positionen der Spieler regelmäßig wechseln.

## HAUPTTEIL 2: Kombinationsspiel im Zentrum mit Tempodribbling am Flügel II

von Armin Friedrich (06.09.2016)



### Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Die Positionshütchen wieder entfernen
- 8 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen
- Die Angreifer stellen 2 Außenspieler
- Das Tor mit Torhüter besetzen

### Ablauf

- Zunächst Grundablauf wie in Aufwärmen 2.
- Die Angreifer im Zentrum versuchen, sich 5-mal in den eigenen Reihen zuzuspielen und dann auf einen der Außenspieler zu passen.
- Der Passempfänger dribbelt durch das äußere Feld.
- Gleichzeitig starten 2 Angreifer vor das Tor und versuchen, die Hereingabe des Außenspielers zu verwerten.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die beiden Hütchentore.

### Variationen

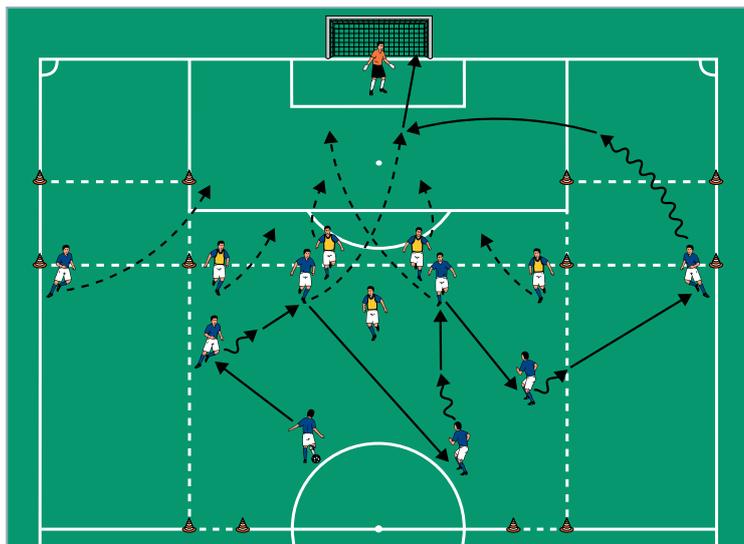
- Die Mindestanzahl der Zuspiele in den eigenen Reihen im Zentrum variieren.
- Ein Verteidiger startet ebenfalls in den Strafraum, um den Torabschluss der Angreifer zu verhindern.
- 2 Verteidiger nachstarten lassen.

### Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass ein Angreifer explosiv bis zum 'kurzen Pfosten' durchstartet.
- Die Außenspieler regelmäßig wechseln.
- Nach jeder Aktion die Positionen tauschen.

# SCHLUSSTEIL: Kombinationsspiel im Zentrum mit Tempodribbling am Flügel III

von Armin Friedrich (06.09.2016)



## Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- 20 Meter vor dem Tor eine 'Abseitslinie' markieren

## Ablauf

- Den Grundablauf aus Hauptteil 2 beibehalten.
- Die zentralen Spieler dürfen zunächst nur vor der 'Abseitslinie' agieren.
- Die Endzone vor dem Tor darf erst nach Durchdribbeln einer äußeren Zone betreten werden.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die gegenüberliegenden Hütchentore.

## Variationen

- Die Außenzonen bis auf die äußeren Felder entfernen. 8 gegen 5 auf das Tor mit Torhüter, wobei die Verteidiger die äußeren Felder nicht betreten dürfen.
- Die äußeren Felder entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

## Tipps und Korrekturen

- Der jeweils ballentfernte Außenspieler soll als weiterer Stürmer in den Strafraum einrücken.
- Auf präzise Zuspiele im Zentrum achten.
- Zielstrebig abschließen!