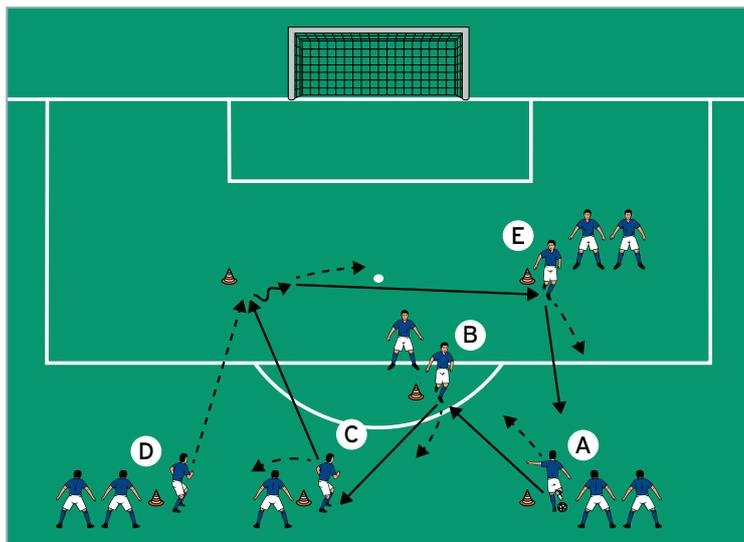


AUFWÄRMEN 1: Kurzpassparcours I

von Christian Wück (01.11.2016)



Organisation

- Einen Passparcours aufbauen
- Die Spieler an den Stationen verteilen
- Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

Ablauf

- A passt zu B, der auf C prallen lässt.
- D läuft zum Wendehütchen in den Strafraum und erhält hier das Zuspiel von C in den Lauf.
- D passt auf E weiter, der zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

Variationen

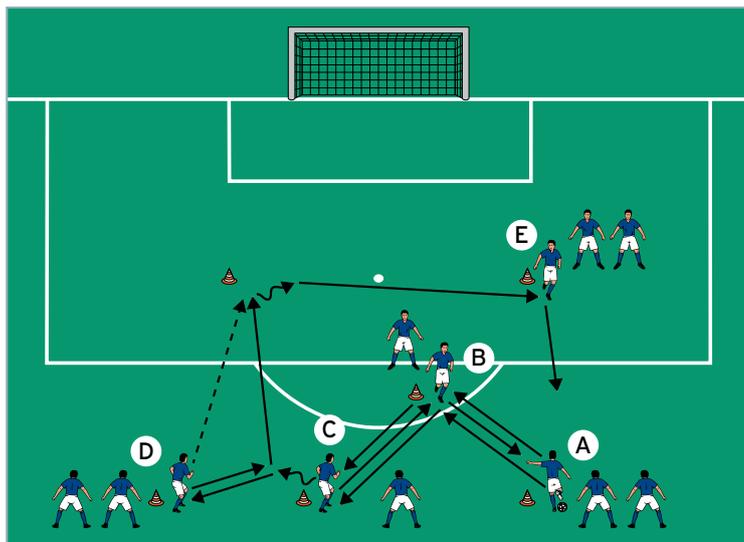
- Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- Die Zuspiele müssen im Direktspiel erfolgen.
- Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball: Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.

Tipps und Korrekturen

- Den Zuspielen nach Blickkontakt und einer Auftaktbewegung aktiv entgegenstarten.
- Stramm und präzise in den Fuß der Mitspieler passen.

AUFWÄRMEN 2: Kurzpassparcours II

von Christian Wück (01.11.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten

Ablauf

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt spielen sich die Spieler A bis D jeweils mit doppelten Doppelpässen zu.
- D passt vom Wendehütchen auf E, der zum jeweils nächsten Spieler bei A weiterleitet usw.
- Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

Variationen

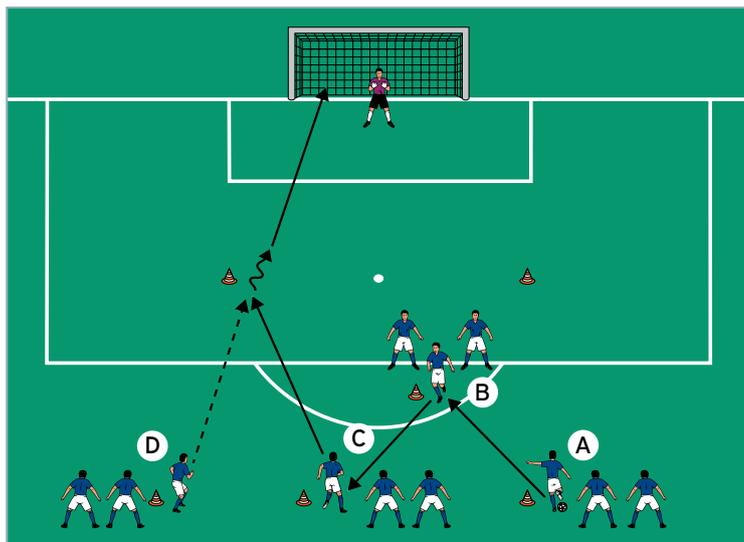
- Die Spieler dürfen mit maximal 2 Kontakten agieren.
- Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball: Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.

Tipps und Korrekturen

- Präzise Zuspiele in den Fuß der Mitspieler fordern.
- Die Passkombinationen zügig durchspielen.

HAUPTTEIL 1: Kurzpasskombination mit Torabschluss I

von Christian Wück (01.11.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen

Ablauf

- A passt zu B, der auf C prallen lässt.
- D startet in den Strafraum und erhält hier das Zuspiel von C zum Torabschluss.
- Alle Spieler stellen sich bei der jeweils nächsten Position wieder an.

Variationen

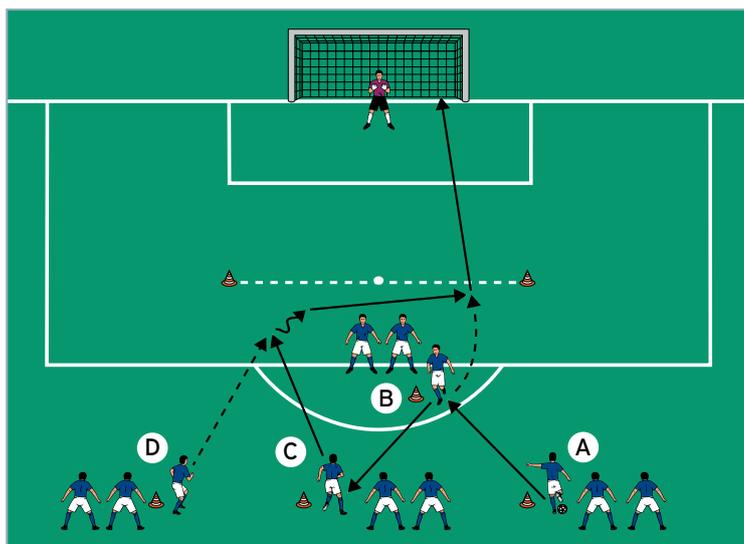
- D muss per Direktschuss auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- D muss den Torhüter im Alleingang ausspielen, um einen Treffer zu erzielen.
- Den Parcours leicht variieren und in entgegengesetzter Richtung spielen.

Tipps und Korrekturen

- Die Kombinationen zügig durchspielen.
- C soll D nur kurz hinter die Strafraumlinie zupassen, damit dieser das Zuspiel problemlos erlaufen kann.
- Zielstrebig abschließen.

HAUPTTEIL 2: Kurzpaskombination mit Torabschluss II

von Christian Wück (01.11.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Zwischen den Hütchen im Strafraum eine Torschusslinie markieren

Ablauf

- Den Grundablauf aus Hauptteil 1 beibehalten.
- Jetzt startet B nach seinem Zuspiel auf C ebenfalls in den Strafraum.
- D legt auf B quer, der von der Schusslinie auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- Die Spieler stellen sich jeweils bei der nächsten Position wieder an.

Variationen

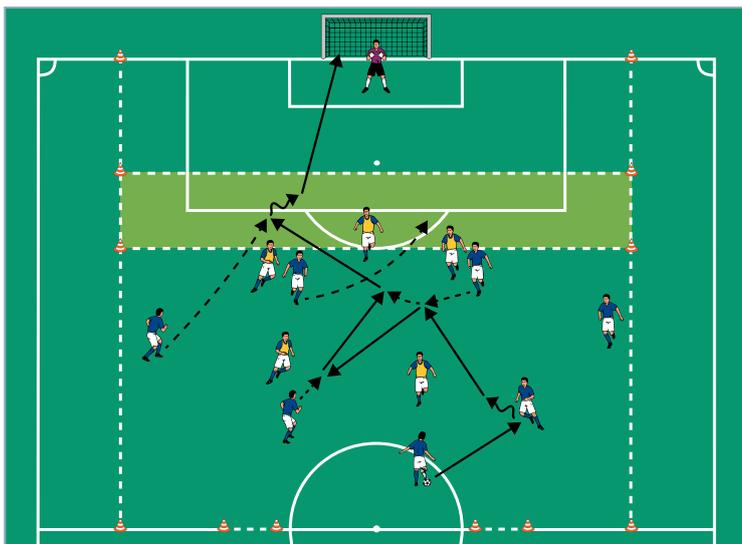
- Die Torschusslinie entfernen und 1 Verteidiger bestimmen. Dieser versucht, den Torabschluss von B im Strafraum zu verhindern.
- D darf situativ auch selbst auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- 2 gegen 1 bis zum Torabschluss.

Tipps und Korrekturen

- B darf zunächst nur von der Schusslinie auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- Entsprechend sollte er auch erst nach dem Querpass in den Strafraum starten, um nicht vor dem Ball im Abseits zu stehen und zudem explosiv in das Zuspiel starten zu können.
- Zielstrebig, aber nicht überhastet abschließen!

SCHLUSSTEIL: Kurzpasskombination mit Torabschluss im 7 gegen 5

von Christian Wück (01.11.2016)



Organisation

- Ein 50 x 50 Meter großes Feld markieren
- Auf einer Grundlinie 1 Großtor mit Torhüter sowie gegenüber 2 Hütchentore aufstellen
- An der Strafraumgrenze eine 6 Meter tiefe Schusszone abstecken
- 7 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen

Ablauf

- 7 gegen 5 auf das Tor mit Torhüter.
- Die Angreifer versuchen, in die Schusszone zu kombinieren.
- Gelingt dies, so darf der Passempfänger von dort auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die gegenüberliegenden Hütchentore.
- Mit Abseits spielen!

Variationen

- 1 Verteidiger darf nach dem Zuspiel in die Torschusszone nachrücken und versuchen, den Torabschluss zu verhindern.
- Die Zone auf 8 Meter Tiefe vergrößern: Nach dem Pass dürfen 2 Angreifer und 1 Verteidiger nachrücken. 3 gegen 1 bis zum Torabschluss.
- Die Zone entfernen und 2 Teams zu je 6 Spielern bilden. Zum Schluss frei spielen lassen.

Tipps und Korrekturen

- Die zentralen Stürmer sollen sich immer wieder zum Zuspiel anbieten und jeweils aktiv entgegenstarten.
- Darauf achten, dass die Außenspieler ihre Positionen in der Breite halten.
- Den Pass in die Tiefe gezielt herausspielen und zielstrebig abschließen!