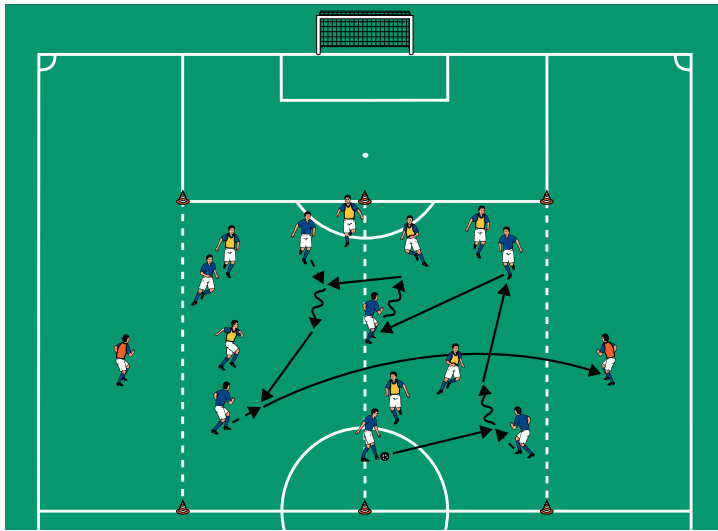


## AKTIVE Ü20



### AUFWÄRMEN 2:

## 7 GEGEN 7 MIT ZWEI NEUTRALEN AUßENSPIELERN

von Armin Friedrich (16.05.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 35 Meter großes Feld abstecken
- ▶ Eine vertikale Mittellinie markieren
- ▶ Zwei Teams einteilen
- ▶ Zwei Außenspieler auf den Seiten platzieren

### ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 mit 2 neutralen Außenbahnspielern.
- ▶ Im Zentrum auf Halten spielen: Die Ballbesitzer müssen mindestens 6 Pässe in den eigenen Reihen spielen, bevor der Pass zum Außenspieler erlaubt ist.
- ▶ Der Pass muss jeweils aus der entfernteren Spielhalbhälfte diagonal gespielt werden.
- ▶ Der Außenspieler nimmt in die Bewegung mit und passt dann zur Mannschaft zurück, die den Pass gespielt hat.
- ▶ Nach einiger Zeit die Außenspieler wechseln.

### VARIATIONEN

- ▶ Die Teams wechseln nach dem Diagonalball und dem Pass des Außenspielers die Spielrichtung.
- ▶ Im Zentrum in Über-/Unterzahl 8 gegen 6 spielen.
- ▶ In den Hauptteil übergehen und diese Spielform mit Torhüter spielen, wobei die Spieler nach dem Diagonalball in den Strafraum nachrücken und ein Tor erzielen dürfen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Außenspieler müssen sich an der Seitenlinie platzieren, um in den Pass hineinstarten zu können.
- ▶ Im Zentrum flach kombinieren.
- ▶ Mit maximal 2 Kontakten im Zentrum spielen.