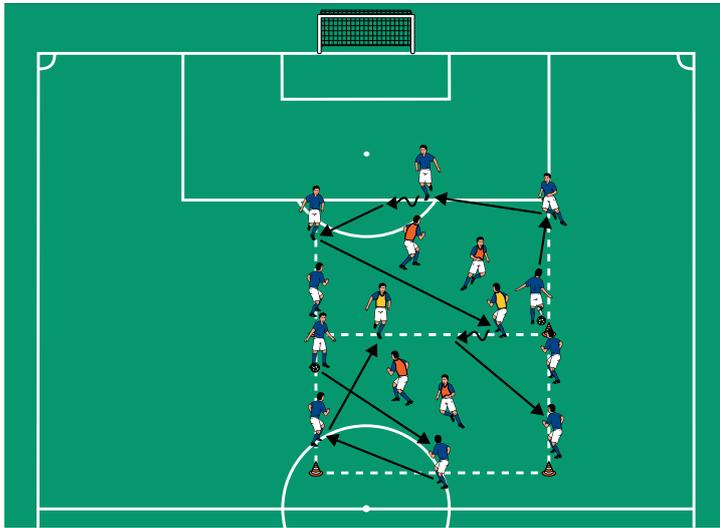


D-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

5 PLUS 1 GEGEN 2 MIT FELDER-WECHSEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 35 x 20 Meter großes Feld errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ Die Torhüter als neutrale Spieler auf der Mittellinie postieren
- ▶ Die Torhüter als neutrale Spieler auf der Mittellinie postieren
- ▶ Zusätzlich 4 Verteidiger bestimmen
- ▶ Je 2 Verteidiger in den Feldhälften aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler verteilen sich an den Seitenlinien

ABLAUF

- ▶ 2-mal 5 gegen 2 in beiden Feldern.
- ▶ 2 Neutrale, die in beiden Feldern mitspielen können, agieren auf der Mittellinie.
- ▶ Nach 4 Pässen in Folge darf in das andere Feld gepasst werden.
- ▶ Nach einem Ballgewinn tauschen der Verursacher und der Verteidiger, der am längsten in der Mitte war, die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Mit 2 Pflichtkontakten spielen.
- ▶ Nur direkt spielen.
- ▶ Nach einem Pass muss der Passgeber seine Linie verlassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ So genau wie möglich und so scharf wie nötig passen.
- ▶ Miteinander kommunizieren.
- ▶ Bei hohem Gegnerdruck mit wenigen Kontakten, bei geringem Gegnerdruck mit mehr Kontakten spielen.
- ▶ Aggressives Balljagen im Sprint: Hohen Gegnerdruck erzeugen, um Fehler zu provozieren.