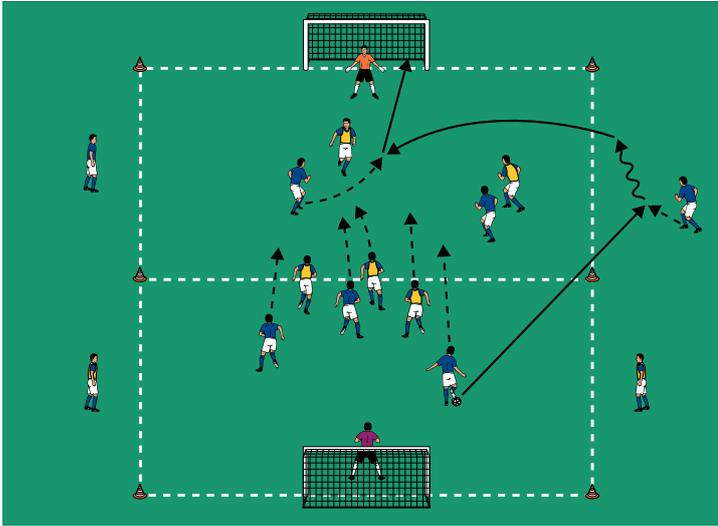


THEMA: ABWEHREN VON FLANKEN



SCHLUSSTEIL: FLANKEN-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 40 Meter großes Spielfeld mit 2 Toren errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ Pro Team je 2 Flankenspieler benennen, die sich jeweils in der gegnerischen Hälfte an den Seitenlinien postieren

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Beide Teams können ihre Flankenspieler jederzeit ins Spiel einbeziehen.
- ▶ Die Flankenspieler sollen nach vorne an- und mitnehmen und aus den Außenzonen vor das Tor flanken.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 3 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Kopfballtore zählen doppelt.
- ▶ Die Flankenspieler müssen mit maximal 3 Kontakten vor das Tor flanken.
- ▶ Die Flankenspieler ins Feld rücken und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch den Einsatz der Flankenspieler wird der Schwerpunkt der Trainingseinheit auch im Schlussteil noch einmal aufgegriffen.
- ▶ Die Flankenspieler nach jedem Durchgang wechseln.
- ▶ Nach jeweils 3 Durchgängen kann auch eine freie Spielphase ohne Flankenspieler eingebaut werden.