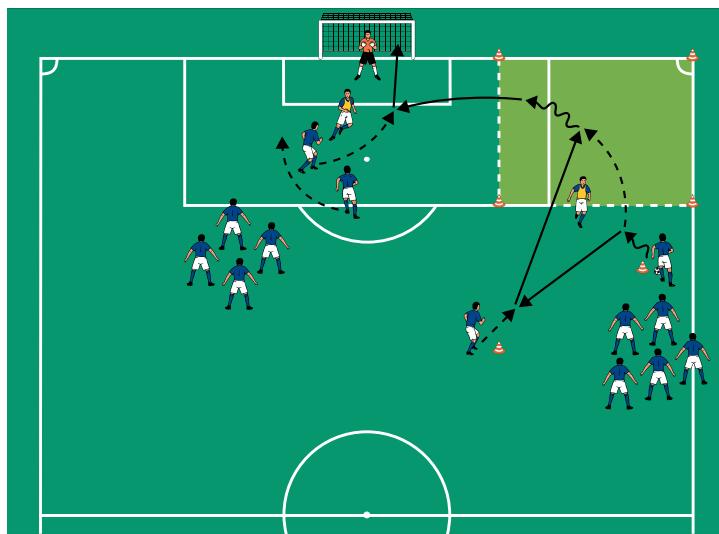


THEMA: ZIELSTREBIG ÜBER DIE AUSSEN SPIELEN



HAUPTTEIL 1:

DOPPELTES 2 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 15 Meter großes Aktionsfeld von einer Seitenlinie bis in den Strafraum markieren
- ▶ Zusätzlich 2 Positionshütchen errichten
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter besetzen
- ▶ 2 Verteidiger benennen und vor dem Tor bzw. vor dem Aktionsfeld aufstellen
- ▶ 3 Stürmerpaare bestimmen und an der Strafraumgrenze postieren
- ▶ 1 Anspieler am inneren Positionshütchen aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler postieren sich mit je 1 Ball am äußeren Positionshütchen

ABLAUF

- ▶ Der erste Außenspieler dribbelt auf den Verteidiger zu und spielt einen 'Doppelpass' mit dem Anspieler am inneren Hütchen, der ins Aktionsfeld vorlegt.
- ▶ Anschließend flankt der Außenspieler nach einem kurzen Dribbling auf die beiden vor das Tor kreuzenden Angreifer, die versuchen, im 2 gegen 1 auf das Tor abzuschließen.

VARIATIONEN

- ▶ Von der jeweils anderen Seite üben.
- ▶ Der Außenspieler darf selbst entscheiden, ob er auf den Anspieler auf der Halbposition passt oder im 1 gegen 1 in den Aktionsraum dribbelt.
- ▶ Die Verteidiger dürfen in die Aktionsräume nachstarten und die Außenspieler bei der Hereingabe behindern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Verteidiger auf der Außenposition darf zunächst nicht ins Aktionsfeld nachstarten.
- ▶ Auf ein korrektes Timing zwischen der Hereingabe und dem Kreuzen der beiden Stürmer im Zentrum achten.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig wechseln.