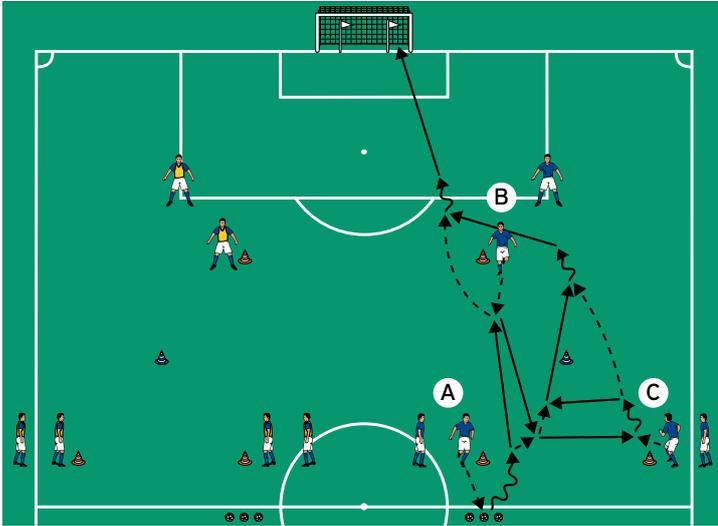


THEMA: DOPPELPASS UND HINTERLAUFEN



AUFWÄRMEN 1:

DOPPELPASS

ORGANISATION

- ▶ In einem Großtor jeweils 1 Meter von den Pfosten entfernt 2 Stangen errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ In einer Spielfeldhälfte 8 Positionshütchen aufstellen und gemäß Abbildung mit Spielern besetzen
- ▶ Die Bälle jeweils hinter den Startspielern an der Mittellinie bereitlegen

ABLAUF

- ▶ Die beiden Mannschaften starten im Wechsel.
- ▶ A holt sich 1 Ball, dribbelt nach vorne und spielt mit dem aus der Spitze entgegenstartenden B einen Doppelpass.
- ▶ Anschließend passt A nach außen zu C und bietet sich erneut zum Zuspiel an.
- ▶ C spielt einen Doppelpass mit A und passt anschließend auf den vor das Tor startenden B.
- ▶ B versucht, per Zielstoß zwischen die Stange und den jeweiligen Pfosten zu passen.
- ▶ Anschließend die Positionen wechseln.

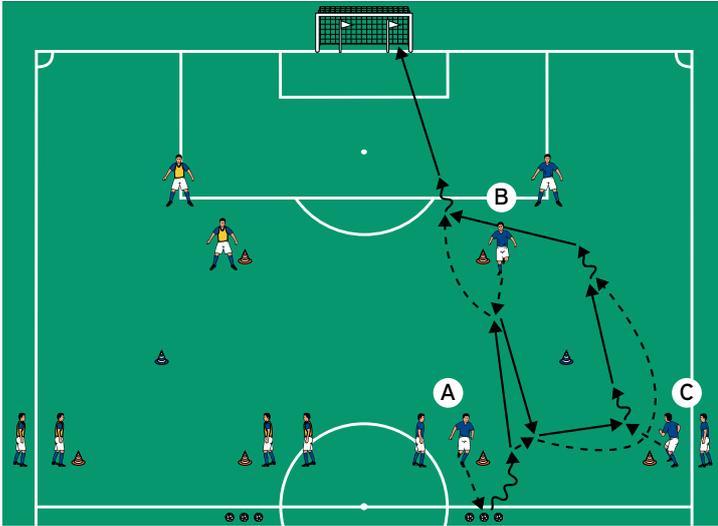
VARIATIONEN

- ▶ Nur direkt spielen lassen.
- ▶ Das Zuspiel von C auf B vor das Tor als Flanke spielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor jedem Zuspiel Blickkontakt mit dem Passempfänger herstellen.
- ▶ Beidfüßiges Passspiel mit der Innenseite fordern.
- ▶ Den Zuspielen aktiv entgegenstarten.
- ▶ Auf das richtige Timing beim Doppelpass achten. Den zweiten Pass in den Lauf vorspielen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.
- ▶ Vor dieser ersten Passkombination mit Aufwärmcharakter laufen/spielen sich alle Spieler 5 bis 10 Minuten individuell ein.

THEMA: DOPPELPASS UND HINTERLAUFEN



AUFWÄRMEN 2:

HINTERLAUFEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ A spielt einen Doppelpass mit B und passt anschließend auf den Flügel zu C, der in Richtung Tor an- und mitnimmt.
- ▶ Gleichzeitig hinterläuft A den Spieler C und erhält von diesem das Zuspiel in den Lauf.
- ▶ A passt auf den einlaufenden B vor das Tor, der wie in Aufwärmen 1 beschrieben auf das Tor abschließt.

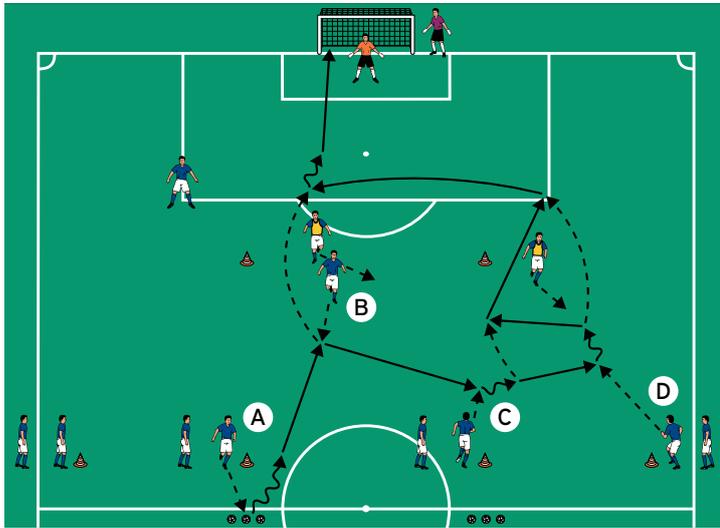
VARIATIONEN

- ▶ Nur direkt spielen lassen.
- ▶ Das Zuspiel von C auf B vor das Tor als Flanke spielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein optimales Passtiming vor allem beim Zuspiel auf den hinterlaufenden Spieler achten.
- ▶ Stets auf präzise Pässe in den Fuß achten.
- ▶ Sich gegenseitig mit lautstarken Kommandos coachen (z.B. "Jetzt!").
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.

THEMA: DOPPELPASS UND HINTERLAUFEN



HAUPTTEIL 1:

DOPPELPASS UNTER GEGNERDRUCK

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Stangen im Tor entfernen
- ▶ 6 Positionshütchen gemäß Abbildung verteilen und mit Spielern besetzen
- ▶ 2 Verteidiger bestimmen
- ▶ 1 Angreifer und 1 Verteidiger postieren sich zentral vor dem Strafraum, der andere Verteidiger stellt sich an einem Positionshütchen auf

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ A passt auf B, der auf C prallen lässt.
- ▶ C passt nach außen auf D, der in Richtung Tor an- und mitnimmt.
- ▶ Gleichzeitig läuft C ebenfalls nach vorne und schafft so eine Anspielmöglichkeit.
- ▶ Im Spiel gegen die beiden Verteidiger spielt D mit C möglichst einen Doppelpass und flankt danach auf den vor das Tor startenden B, der abschließt (Tor = 2 Punkte).
- ▶ Alternativ können sich die Angreifer auch mit einer anderen Kombination zum Tor durchspielen (Tor = 1 Punkt).

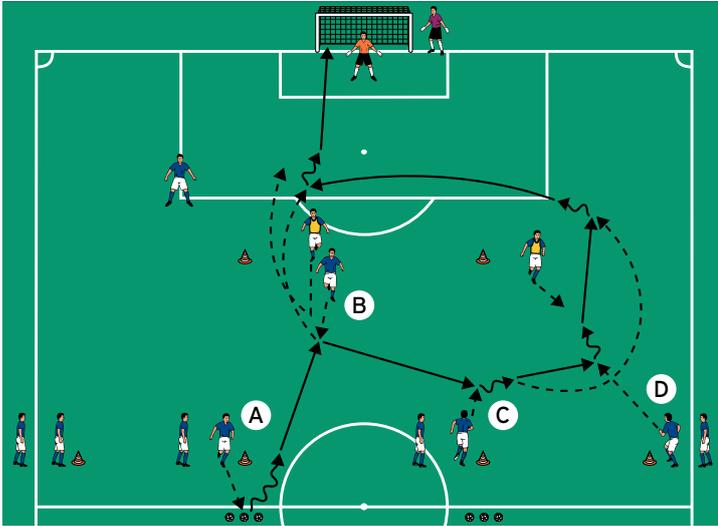
VARIATION

- ▶ 2 Hütchentore an den Seitenlinien errichten, durch die die Verteidiger bei Ballgewinn kontern dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter stoßen zum Mannschaftstraining.
- ▶ Präzise Zuspiele fordern.
- ▶ Von außen zielstrebig in Richtung Tor dribbeln. Dabei versuchen, den Verteidiger aus dem Zentrum zu ziehen.
- ▶ Im Übergang zum Taktiktraining auch abweichende Entscheidungen anstelle des Doppelpasses als gruppentaktisches Angriffsmittel zur Lösung der Spielsituation zulassen.
- ▶ Im Wechsel über beide Seiten üben lassen.

THEMA: DOPPELPASS UND HINTERLAUFEN



HAUPTTEIL 2:

HINTERLAUFEN UNTER GEGNERDRUCK

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Hauptteil 1 beibehalten

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ A passt auf B, der auf C prallen lässt.
- ▶ C passt nach außen auf D, der in Richtung Tor an- und mitnimmt.
- ▶ Gleichzeitig läuft C ebenfalls nach vorne und schafft so eine Anspielmöglichkeit.
- ▶ Im Spiel gegen die beiden Verteidiger spielt D mit C möglichst einen Doppelpass und flankt danach auf den vor das Tor startenden B, der abschließt (Tor = 2 Punkte).
- ▶ Alternativ können sich die Angreifer auch mit einer anderen Kombination zum Tor durchspielen (Tor = 1 Punkt).

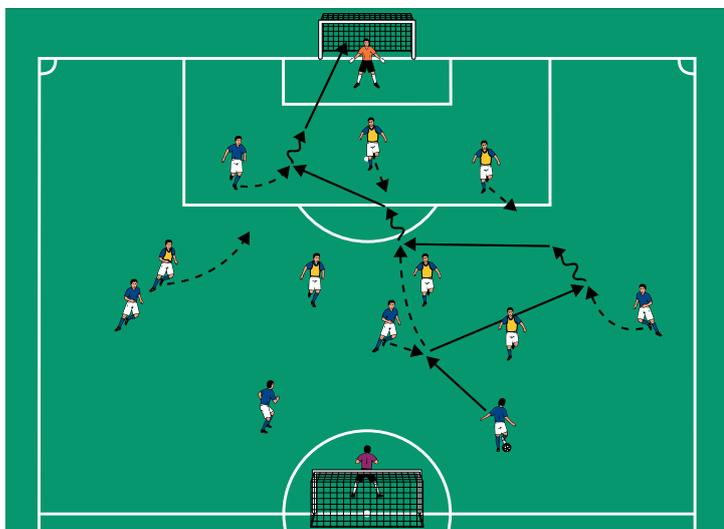
VARIATION

- ▶ 2 Hütchentore an den Seitenlinien errichten, durch die die Verteidiger bei Ballgewinn kontern dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise Zuspiele fordern.
- ▶ Beim Hinterlaufen plötzlich das Tempo steigern!
- ▶ Auf ein optimales Timing beim erneuten Zuspiel nach außen achten. Der Ball darf nicht in den Rücken gespielt werden!
- ▶ Im Übergang zum Taktiktraining auch abweichende Entscheidungen anstelle des Hinterlaufens als gruppentaktisches Angriffsmittel zur Lösung der Spielsituation zulassen.
- ▶ Im Wechsel über beide Seiten üben lassen.

THEMA: DOPPELPASS UND HINTERLAUFEN



SCHLUSSTEIL:

ABSCHLUSS-SPIEL IM 6 GEGEN 6

ORGANISATION

- ▶ Auf einer Spielfeldhälfte 2 Tore mit Torhütern markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen

ABLAUF

- ▶ Freies Spiel im 6 gegen 6.
- ▶ Tore nach Doppelpass bzw. Hinterlaufen zählen doppelt!
- ▶ Welche Mannschaft hat am Ende mehr Punkte erzielt?

VARIATIONEN

- ▶ Treffer zählen nur nach Doppelpass bzw. Hinterlaufen!
- ▶ Flügelzonen errichten, in denen der Doppelpass bzw. das Hinterlaufen ohne Gegnerdruck durchgeführt werden können.
- ▶ 2 neutrale Spieler bestimmen, die gemeinsam mit den Ballbesitzern in Überzahl spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das freie Schlusspiel kann mit einfachen Provokationsregeln 'thematisiert' werden.
- ▶ Den Spielern bei der Anwendung der Trainingsinhalte ansonsten jedoch weitestgehend 'freie Hand' lassen und nicht zu oft für Korrekturen unterbrechen!