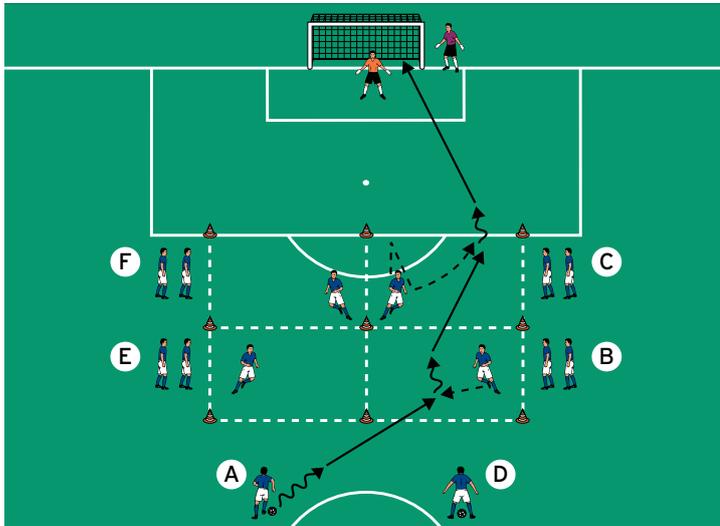


THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHES TRAINING FÜR ZENTRAL-OFFENSIVE MITTELFELDSPIELER



HAUPTTEIL 1:

POSITIONSSPIEL DES ZENTRAL-
MITTELFELDSPIELERS I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie der Spielfeldhälfte 1 Tor mit Torhütern aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ A passt auf den entgegenkommenden B, der aufdreht und auf den mit einer Lauffinte in den Ball startenden C passt.
- ▶ C nimmt in Richtung Tor an und mit und schließt ab.
- ▶ Gleicher Ablauf bei D, E und F über die jeweils andere Seite.

VARIATIONEN

- ▶ B und E spielen jeweils diagonal zur anderen Seite (B zu F und E zu C).
- ▶ A und D spielen zunächst auf C bzw. F, die auf B bzw. E prallen lassen, ehe sie das erneute Zuspiel in den Lauf erhalten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein korrektes Timing im Zusammenspiel achten.
- ▶ Präzise Zuspiele in den Fuß der Mitspieler fordern.
- ▶ Die Positionen und Aufgaben der Spieler regelmäßig wechseln.