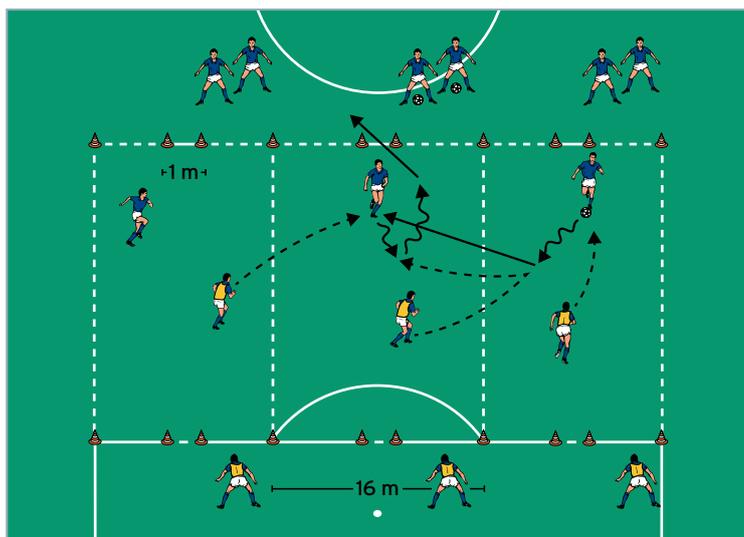


HAUPTTEIL 1: Zonen-Doppeln

von Sven Hehl (26.08.2014)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Die Dreiecke sowie die Dribbellinien entfernen
- Die Felder als Außenzonen markieren und dazwischen eine 20 x 16 Meter große Mittelzone errichten, so dass ein 20 x 40 Meter großes Feld entsteht
- Auf den Grundlinien je drei 1 Meter breite Hütchentore markieren
- 3 Angreifer und 3 Verteidiger im Feld postieren und den Zonen zuweisen

Ablauf

- 3 gegen 3 auf die Hütchentore.
- Die Angreifer dürfen ihre Zonen nicht verlassen.
- Jeder Angriff wird von den Angreifern aus gestartet.

Variation

- Die Angreifer dürfen die Zonen tauschen. Dabei müssen jedoch nach wie vor stets alle Zonen besetzt sein.

Tipps und Korrekturen

- Die Verteidiger dürfen die Zonen frei wechseln und so gezielt Überzahl am Ball schaffen.
- Bei Ballgewinn kontern sie einmal auf die Hütchentore.
- Erobern die Angreifer den Ball zurück, die Aktion abbrechen und von den Angreifern erneut aus der Ordnung heraus starten lassen.
- Mit Abseits spielen!
- Die Angreifer und Verteidiger regelmäßig wechseln.