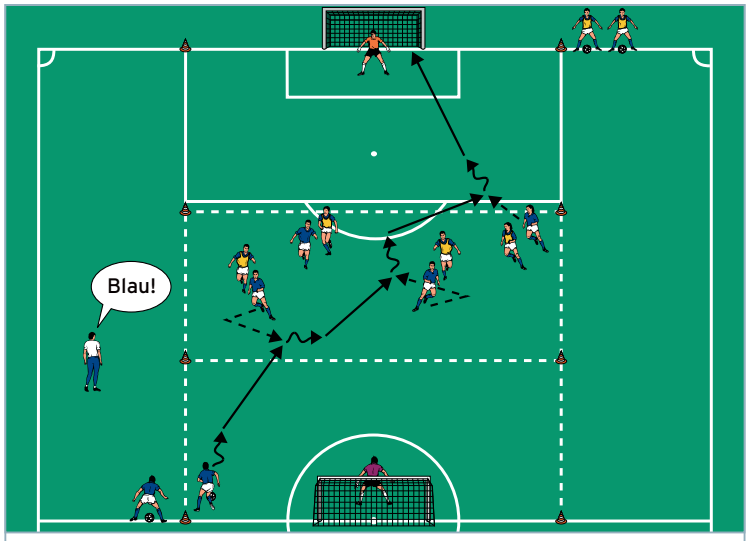
HAUPTTEIL 2: Zonenspiel

von Meikel Schönweitz (24.03.2015)



Organisation

- Eine Spielfeldhälfte auf Strafraumbreite reduzieren
- Mit Hütchen eine Mittelzone markieren
- 2 Tore mit Torhütern aufstellen
- 2 Mannschaften einteilen und jede einem Tor zuordnen
- Je 4 Spieler beider Teams in der Mittelzone postieren, die übrigen Spieler warten mit Ball neben dem eigenen Tor

Ablauf

- Der Trainer bestimmt durch Zuruf den Ballbesitz.
- Der Startspieler neben dem Tor dribbelt ins Feld und passt zum 4 gegen 4 in die Mittelzone.
- Gelingt es den Ballbesitzern, zu einem in die Endzone startenden Mitspieler zu spielen, darf dieser auf das Tor abschließen.
- Der Startspieler übernimmt eine Position in der Mittelzone. Der Torschütze holt den Ball und wird Passgeber.

Variationen

- Die Zahl der erlaubten Ballkontakte in der Mittelzone reduzieren.
- Pflichtkontakte vorgeben.
- Der Startspieler darf zum 5 gegen 4 in die Mittelzone nachrücken.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler in der Mittelzone müssen sich ständig freilaufen.
- Im richtigen Moment in den Fuß des entgegenstartenden Mitspielers passen.
- Vor der Ballannahme orientieren und in den freien Raum mitnehmen.