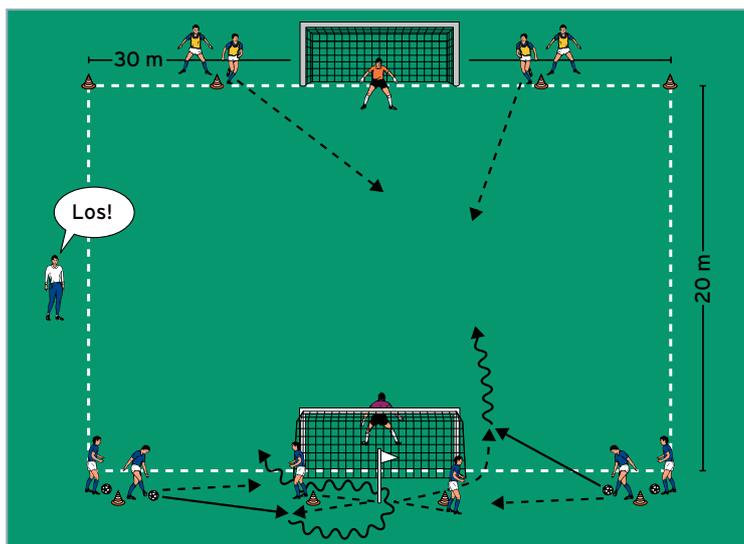


HAUPTTEIL 2: Zentrale Stange und Spielform von Klaus Pabst (06.10.2015)



Organisation

- Ein 20 x 30 Meter großes Spielfeld markieren und auf jeder Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen
- Neben einem Tor seitlich je 1 Starthütchen markieren
- Hinter dem anderen Tor eine zentrale Stange, 3 Meter daneben jeweils ein Hütchen und 10 Meter vor jedem Hütchen ein weiteres Hütchen aufstellen
- 2 Teams einteilen
- Die Spieler eines Teams als Verteidiger an den Starthütchen neben einem Tor postieren
- Die Spieler des anderen Teams als Angreifer mit Bällen an die äußeren Hütchen und jeweils einen Spieler ohne Ball an die Hütchen an der Stange verteilen

Ablauf

- Die Angreifer ohne Ball starten jeden Durchgang, indem sie zur Stange laufen, den Lauf dort abbrechen und ein Zuspiel vom Spieler am äußeren Hütchen fordern.
- Ein Angreifer nimmt zum 1 gegen 2 gegen die ersten beiden Verteidiger ins Feld an und mit.
- Der andere Angreifer nimmt um die zentrale Stange herum an und mit und dribbelt zeitverzögert zum 2 gegen 2 ins Feld.
- Sobald der zweite Angreifer ins Feld dribbelt, wird nur noch mit dessen Ball gespielt.
- Positions- und Aufgabenwechsel nach mehreren Durchgängen.

Variationen

- Hoch zuwerfen.
- Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.
- Nur dem Spieler, der zunächst die zentrale Stange umdribbelt, hoch zuwerfen oder zuspielen.

Tipps und Korrekturen

- Jedes 2 gegen 2 so lange laufen lassen bis ein Tor erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- Wird der Ball zu schnell verspielt, als Trainer einen weiteren einspielen.
- Jeder Torhüter gehört zu einem Team und kann ins Spiel mit einbezogen werden. Gehaltene Bälle spielen die Torhüter wieder zum eigenen Team ein.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.