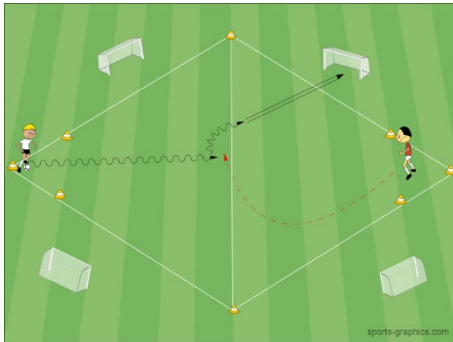







1 VS. 1 - GEGNER ÜBERWINDEN







 **Altersgrupp(en)**
U9 und U10
U11 und U12

 **Basistechnik(en)**
Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten
Torschuss
Zuspiel
Ballannahme und -mitnahme

 **Trainingsform**
Spielform

Organisation:

-  **Feldgröße** **10 x 10 Meter (Raute - je nach Leistungstärke ändern)**
-  **Material** **8 Hütchen, 4 Minitore (außerhalb des Feldes - Abstand zum Feld je nach Leistungstärke variieren), Bälle**
-  **Anzahl Spieler** **Max. 8**
-  **Dauer** **15 Minuten**

Ablauf:

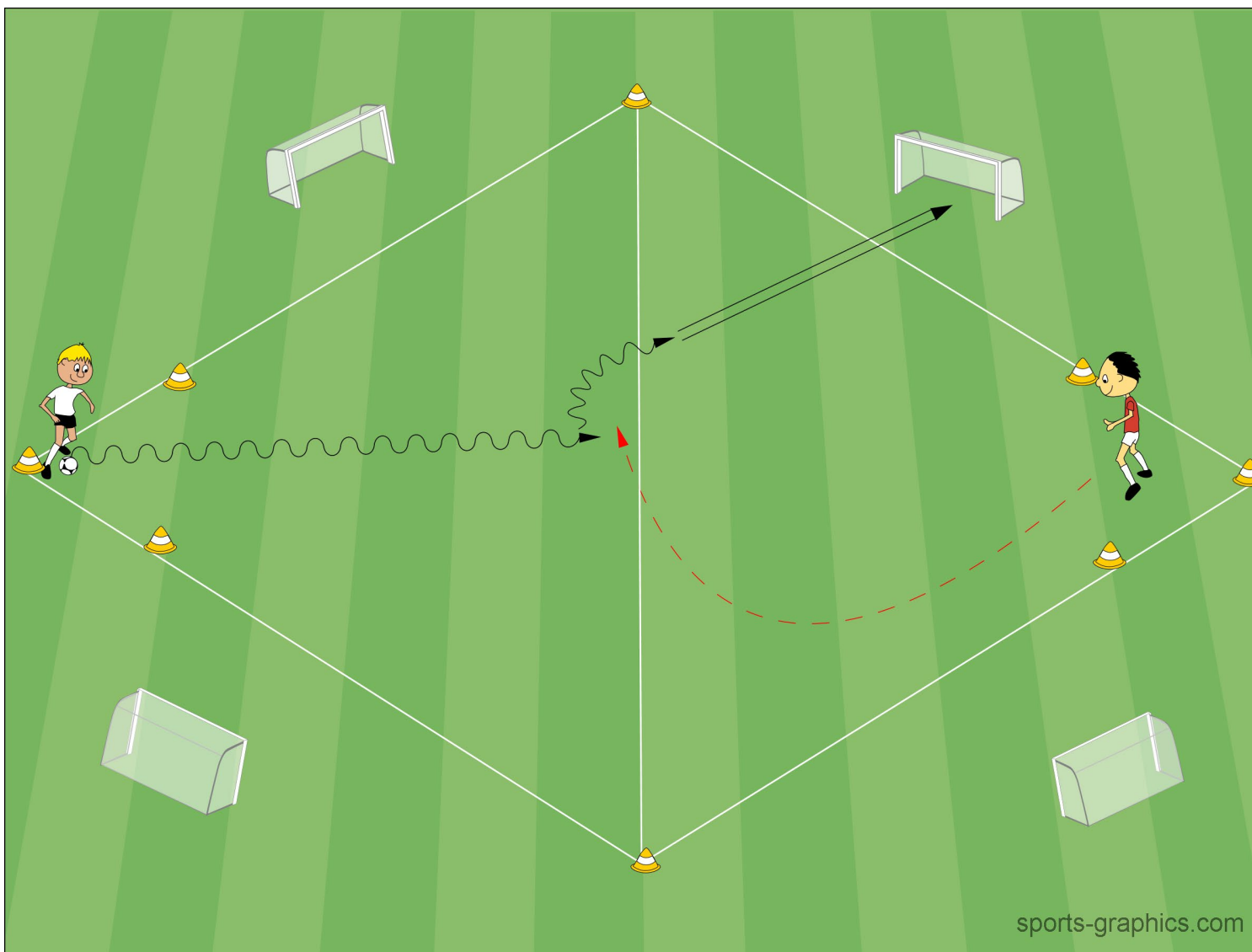
Spieler mit Ball spielt innerhalb seines Dreiecks einen Pass zum Gegenspieler gegenüber (innerhalb des Dreiecks annehmen und anschließend den freien Raum andribbeln) und läuft dann mit Tempo dem Gegenspieler entgegen. Der angreifende Spieler mit Ball versucht so schnell wie möglich ein Tor innerhalb des Feldes zu erzielen. Bei Balleroberung Konter auf die gegenüberliegenden Minitore. Tore dürfen erst ab der Mittellinie erzielt werden.
Welcher Spieler oder welches Team erzielt mehr Tore?

Varianten:

- Ball außerhalb des Dreiecks annehmen bzw. mitnehmen
- Spieler mit Ball dribbelt mit Tempo an und versucht auf eines der beiden Tore abzuschließen (Tore dürfen erst ab der Mittellinie erzielt werden)
- Bei Balleroberung und Torerfolg zählt das Tor doppelt
- Mit Farben Minitore vorgeben auf welches abgeschlossen werden darf
- 2 vs. 1
- 2 vs. 2

Coachingtipps:

- Sauberes Zuspiel
- Mit vollem Tempo
- Blickkontakt
- Passstärke achten
- Schneller Abschluss suchen



1 VS. 1 - GEGNER ÜBERWINDEN