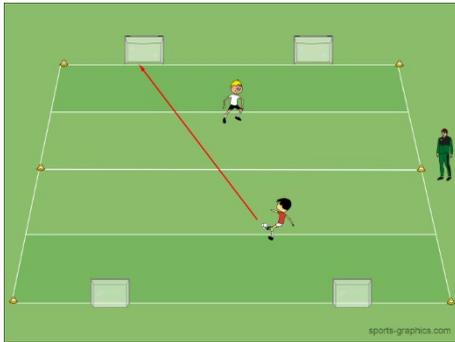




1 VS. 1 AUF 4 TORE



Organisation:

-  **Feldgröße** 20 x 15 Meter (je nach Leistungsstärke anpassen)
-  **Material** 6 Hütchen, 4 Tore, Bälle
-  **Anzahl Spieler** 2
-  **Dauer** 15 Minuten



Altersgrupp(en)

**U7 und U8
U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Zuspiel
Ballannahme und -mitnahme**



Trainingsform

Spielform

Ablauf:

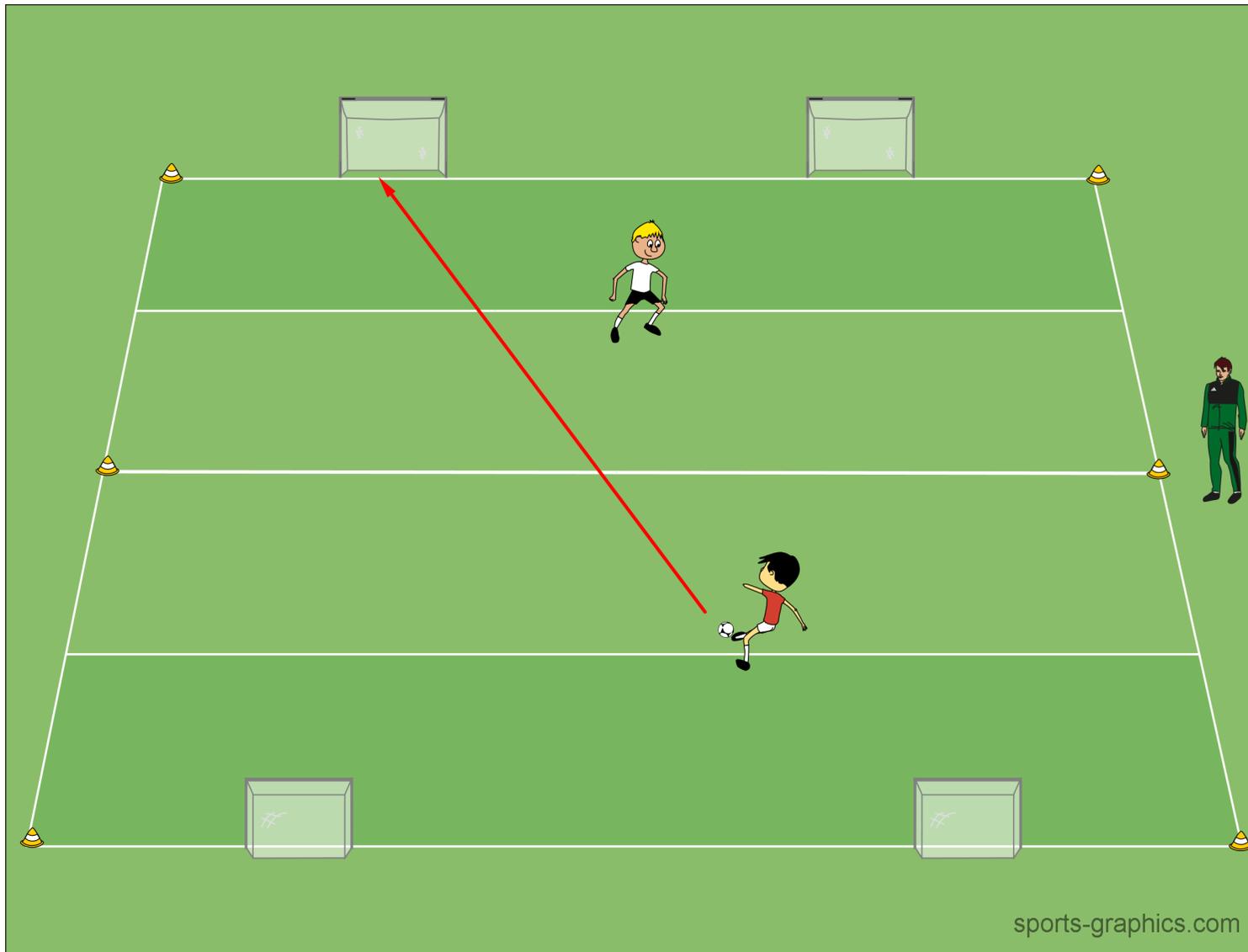
Spieler mit Ball läuft von der Grundlinie los und versucht so schnell wie möglich mit einem Pass auf eines der beiden Tore ein Tor zu erzielen. Der Gegenspieler läuft gleichzeitig los und versucht dies zu verhindern. Der Pass muss vor der Mittellinie erfolgen. Wenn der Gegenspieler den Ball abfängt, kann er einen Gegenkonter starten und auf die gegenüberliegenden Tore ebenfalls ein Tor schießen. Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

Varianten:

- **Ballannahme und Ballmitnahme:**
Der Trainer spielt einen Pass zu einem der beiden Spieler. Der Spieler muss den Ball so schnell wie möglich unter Kontrolle bringen und mit einem gezielten Pass auf eines der beiden Tore abschließen. Der Gegenspieler versucht das zu verhindern (Läuft nach dem Pass des Trainers von der Grundlinie los)

Coachingtipps:

- Genaues Zielen
- Blickkontakt
- Oberkörper nach vorne
- Den Ball sauber treffen



1 VS. 1 AUF 4 TORE