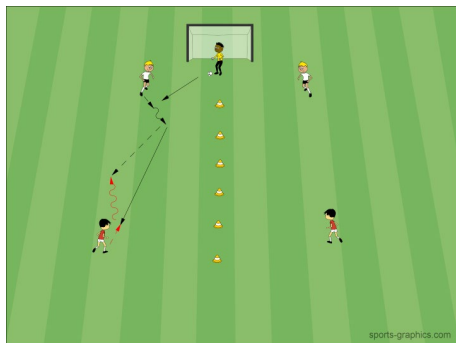




1 VS. 1 - FRONTAL ÜBER 2 SEITEN



Altersgrupp(en)

**U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten
Zuspiel**



Trainingsform

Übungsform

Organisation:



Feldgröße

15 x 10 Meter (je nach Leistungsstärke anpassen)



Material

6 Hütchen, 1 Tor, Bälle



*Anzahl
Spieler*

5



Dauer

10 - 20 Minuten

Ablauf:

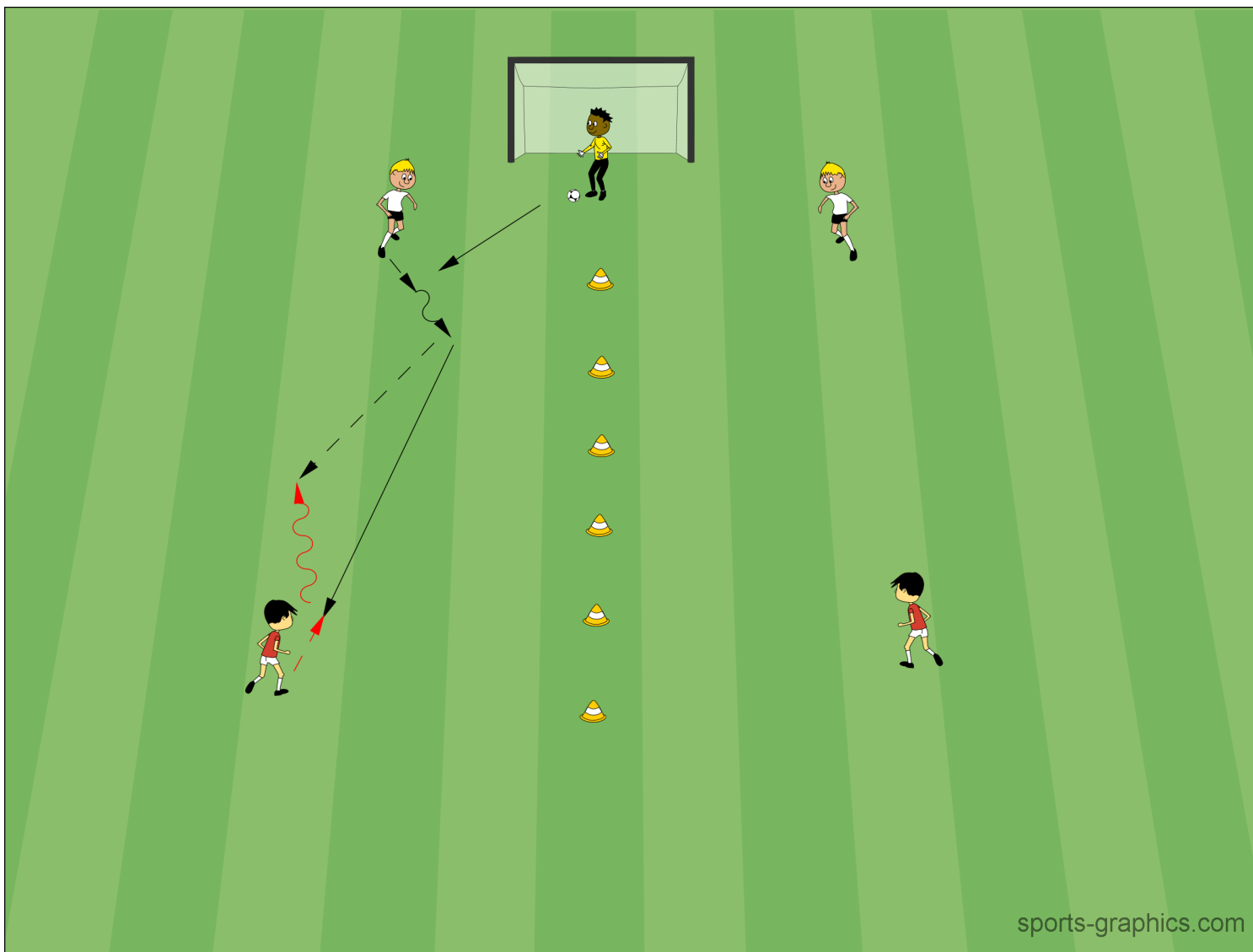
Der Tormann spielt einen Pass zum weißen Spieler (siehe Bild). Der Spieler in weiß dribbelt an und spielt einen genauen Pass zum roten Spieler der sich löst. Nun versucht der rote Spieler im 1 vs. 1 ein Tor zu erzielen. Bei Balleroberung spielt der weiße Spieler ein Zuspiel zu seinem Mitspieler auf der anderen Seite und der Ablauf beginnt von neu. Welches Team erzielt die meisten Treffer?

Varianten:

- Verschiedene Startpositionen
- 2 vs. 1
- Mit Gegenkonter auf 2 Tore

Coachingtipps:

- Angreifer:
 - Im Tempo bleiben - so schnell wie möglich
 - Finte einbauen
 - Finte im richtigen Moment setzen
 - Schnellen Abschluss suchen
- Abwehrspieler:
 - Offene Seite vom Gegenspieler anlaufen und im Tempo bleiben
 - Seitliche Position einnehmen (Seite anbieten)
 - Innere Linie zum Tor schließen



1 VS. 1 - FRONTAL ÜBER 2 SEITEN