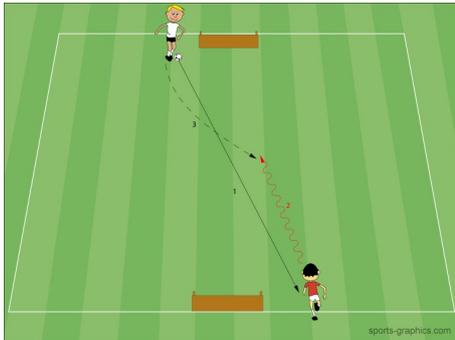




1 VS. 1 NACH ZUSPIEL



Organisation:



Feldgröße **10 x 10 Meter**



Material **2 Langbänke, Bälle**



Anzahl Spieler **8**



Dauer **15 - 20 Minuten**



Altersgrupp(en)

**U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten
Ballannahme und -mitnahme**



Trainingsform

Spielform

Ablauf:

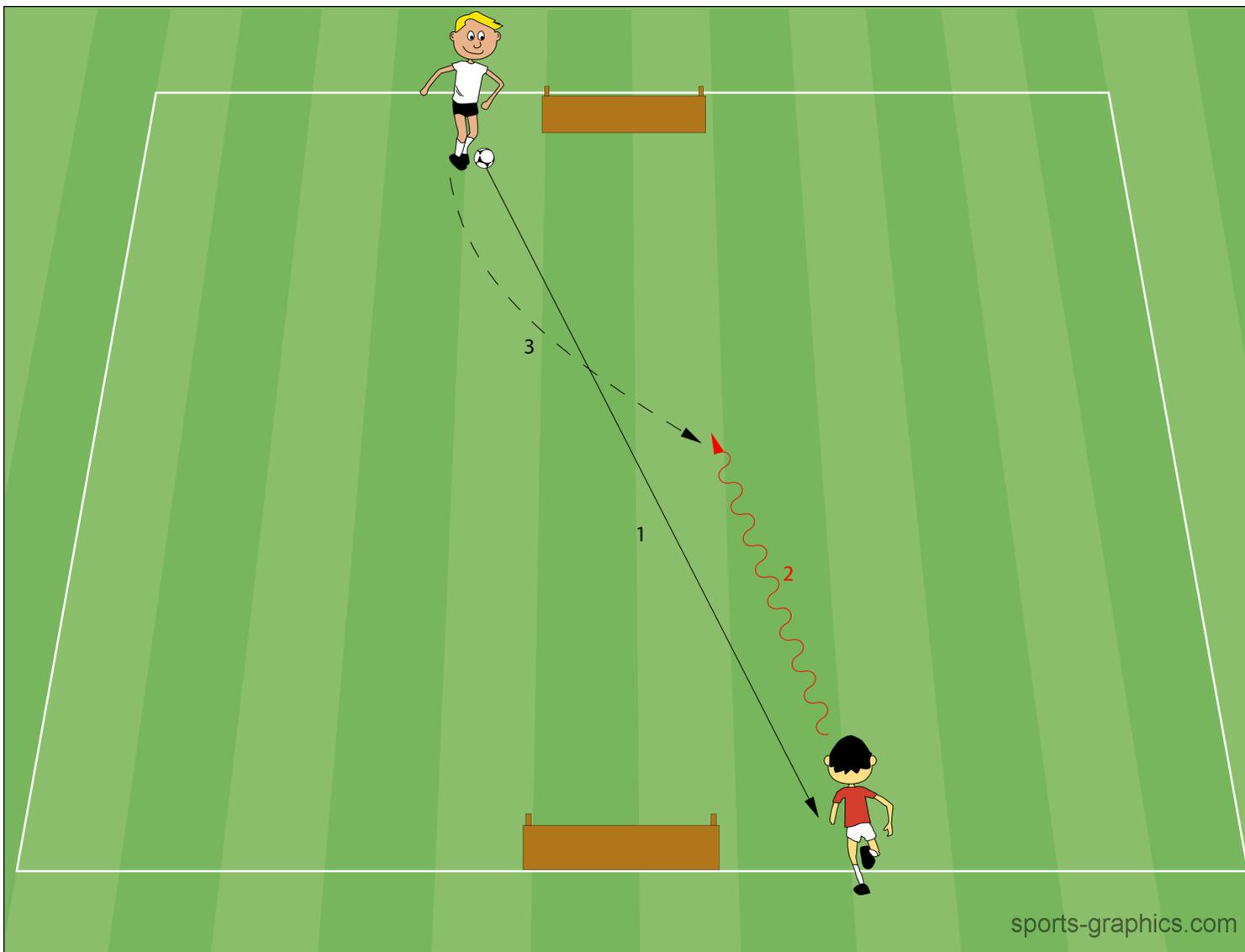
- Spieler mit Ball spielt einen diagonalen Pass zum Gegenspieler gegenüber und läuft dann mit Tempo dem Gegenspieler entgegen. Der angreifende Spieler mit Ball versucht so schnell wie möglich ein Tor zu erzielen. Er muss den Gegner überdribbeln, ansonsten zählt das Tor nicht! Bei Balleroberung Konter auf das gegenüberliegende Tor!

Varianten:

- Langbänke verkehrt herum aufstellen - Es können nur Tore erzielt werden, wenn um die Langbank herum gedribbelt und abgeschlossen wird
- 2 vs. 1
- Nach einem Doppelpass

Coachingtipps:

- Ball sauber mitnehmen (Richtung Tor bzw. Gegenspieler)
- Mit vollem Tempo
- Überdribbeln
- Zweikampf
- Umschalten
- Handlungsschnelligkeit



1 VS. 1 NACH ZUSPIEL