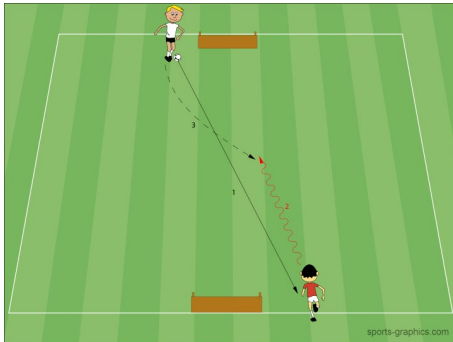




## 1 VS. 1 NACH ZUSPIEL



### 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:

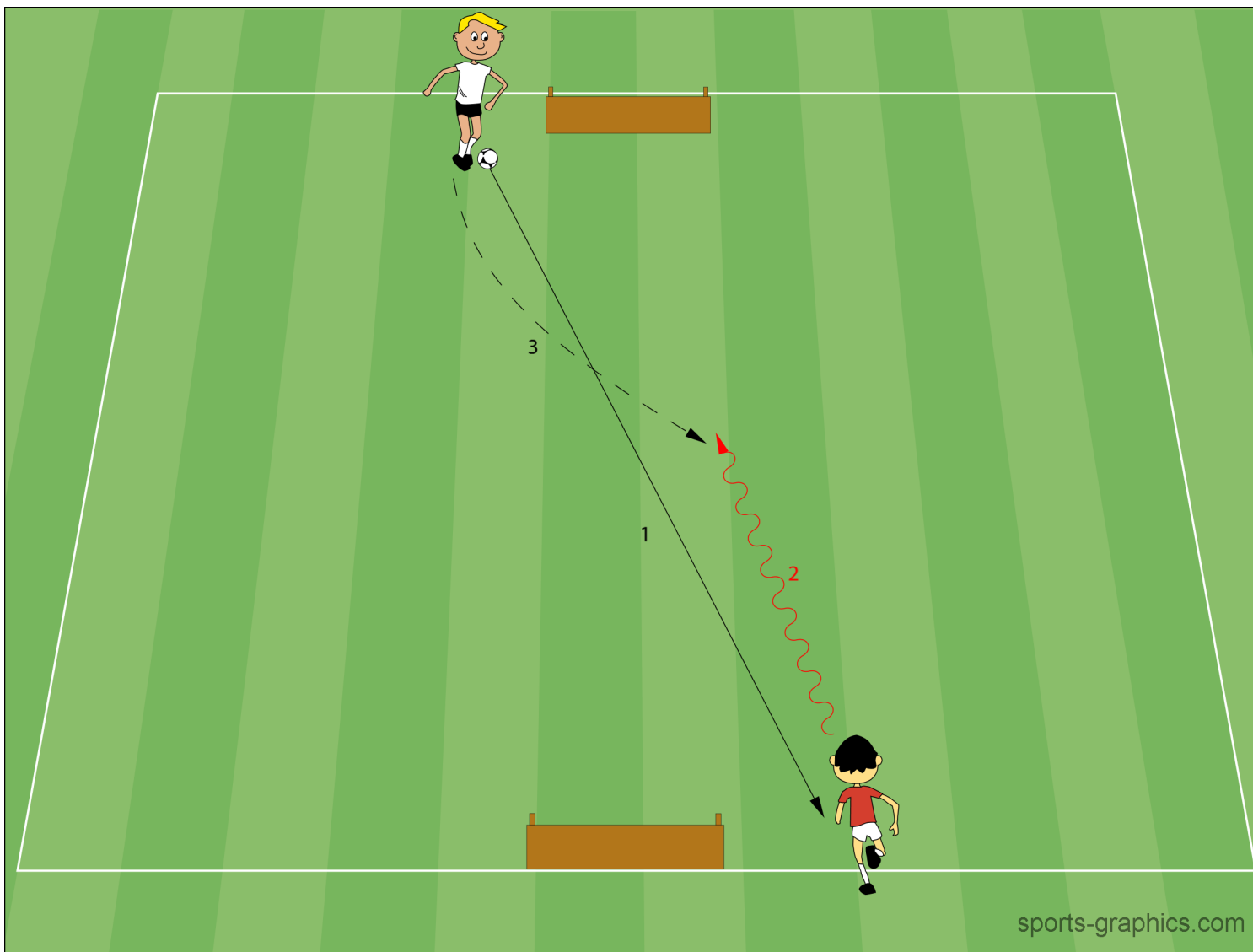
- Spieler mit Ball spielt einen diagonalen Pass zum Gegenspieler gegenüber und läuft dann mit Tempo dem Gegenspieler entgegen. Der angreifende Spieler mit Ball versucht so schnell wie möglich ein Tor zu erzielen. Er muss den Gegner überdribbeln, ansonsten zählt das Tor nicht! Bei Balleroberung Konter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