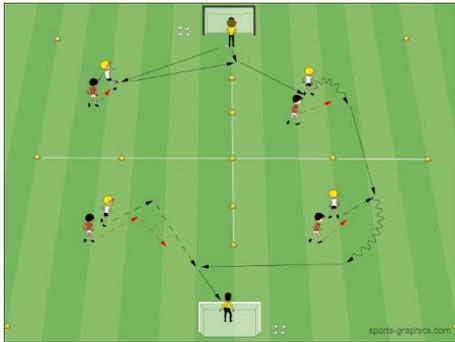




1 VS. 1 - VON TORMANN ZU TORMANN



Organisation:



Feldgröße **25 x 20 Meter**



Material **12 Hütchen, 2 Kindertore, Bälle**



Anzahl Spieler **10**



Dauer **15 - 20 Minuten**



Altersgrupp(en)

**U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

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



Trainingsform

Spielform

Ablauf:

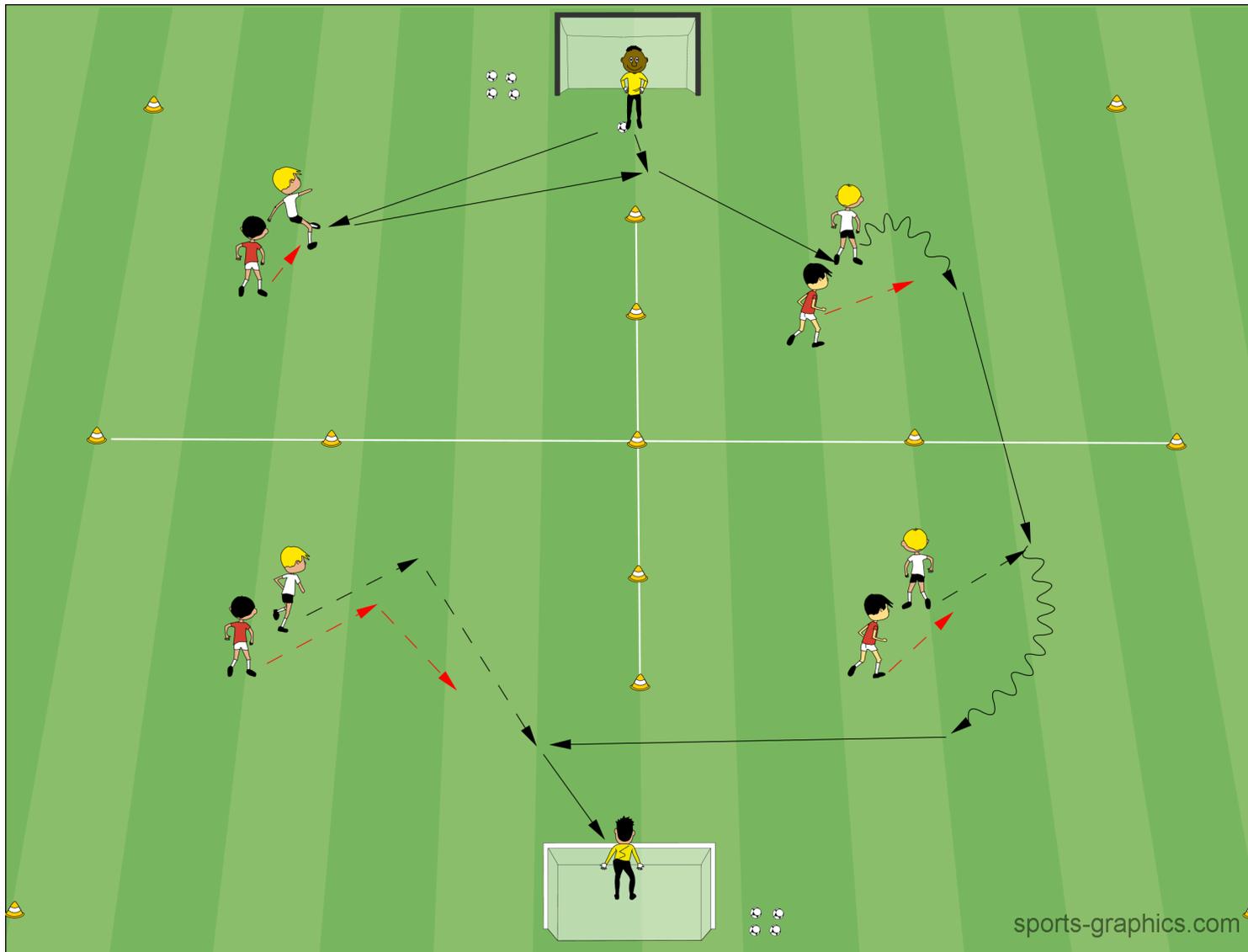
Je ein Spieler pro Mannschaft besetzt einen Sektor. Die Spieler dürfen ihren Sektor nicht verlassen. Ziel ist es über die 4 Sektoren von Torwart zu Torwart zu kombinieren (1 Punkt). Das Team bleibt in Ballbesitz und versucht wieder auf die andere Seite zu kombinieren. Welches Team erzielt mehr Punkte?

Varianten:

- 4 vs. 4 auf 2 Tore - Durchbrüche aus den Sektoren in die Strafräume sind erlaubt
- Auf 4 Minutoren mit 2 Joker

Coachingtipps:

- m Tempo bleiben - so schnell wie möglich
- Gegner überdribbeln
- Finte einbauen
- Finte im richtigen Moment setzen
- Blick vom Ball lösen
- Mitspieler sehen
- Sich freilaufen und anbieten
- Ball sauber annehmen und mitnehmen
- Schneller Abschluss suchen



1 VS. 1 - VON TORMANN ZU TORMANN