



Aufwärmen

Hauptteil

Spielteil

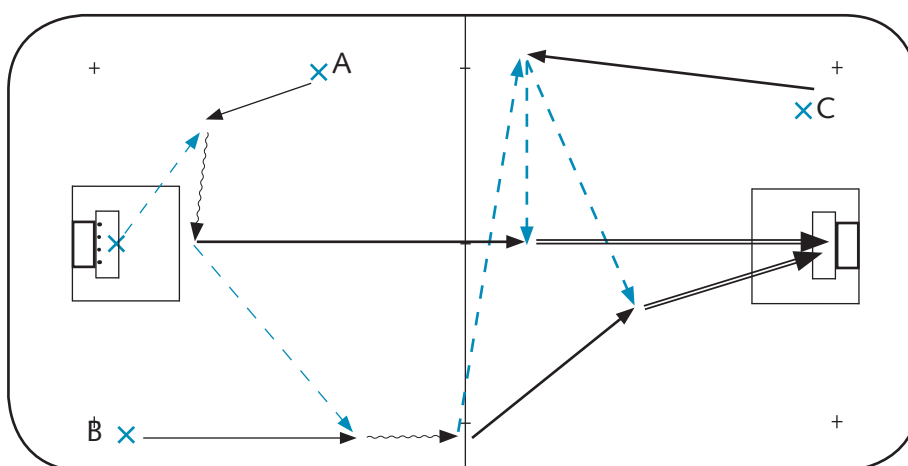
KOMPLEXÜBUNG

Thema/Ziel der Übung:

- › Auslösungen
- › Passspiel
- › Entscheidung treffen
- › Abschluss

Material

- › Stuck und Ball



ABLAUF

- › Torhüter wirft den Ball dem entgegenlaufenden Spieler A zu
- › Spieler A nimmt den Ball an und passt Spieler B in den Lauf
- › Spieler B nimmt den Ball mit und spielt einen Diagonalpass auf C, der entlang der gegenüberliegenden Bande Richtung Mitte läuft und den Ball annimmt.
- › Inzwischen haben sich die Spieler A und B in Schussposition gebracht und einer der beiden erhält den Pass von C und schliesst direkt ab.

VARIATION

- › Abschluss-Positionen für A und B genauer definieren (z.B. A zum weiten Pfosten und B zur Mitte)
- › Abschluss von C möglich

TIPS UND KORREKTUREN

- › Viel Präzision gefordert, damit die Übung läuft (jeden Pass konzentriert spielen)
- › Spieler A und B müssen versetzt zu C stehen
- › die Pässe müssen früh genug gespielt werden, damit das Timing stimmen kann