

TRAINIEREN MIT DEN U 20 FRAUEN

SCHLUSSTEIL: Spiel in Überzahl

von Maren Meinert (15.08.2006)



ORGANISATION

- Ein Spielfeld von 40 x 30 Metern mit 2 Toren mit Torhüterinnen markieren
- Zwei 6er-Teams einteilen
- Eine Neutrale bestimmen

ABLAUF

- Spiel 6 gegen 6 plus Neutrale auf die Tore mit Torhüterinnen.
- Die Neutrale agiert jeweils mit den Ballbesitzerinnen.
- Spielzeit: 2 x 5 Minuten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Auf Korrekturen weitestgehend verzichten: Die Spielfreude steht im Mittelpunkt!
- Alle Spielerinnen beteiligen sich aktiv am Spiel nach vorne.
- Nach Ballverlust schnell umschalten!
- Durch hohe Lafbereitschaft der Ballbesitzerin immer 2 Anspielstationen bieten.
- Die Ballbesitzerinnen sollen die gesamte Spielfläche nutzen und weiträumig und sicher kombinieren.