

2 gegen 1 im Kanal nach abdrehen - [1606]



Hallenhockey - Technik/Taktik -



Autor: Jami Mülders

Material:
Streifen, Bälle

ab Altersklasse: MA/KA
Spieleranzahl: 3-6 plus TW

[Legende](#)
Organisation:

- TW im Tor
- Mit Hilfe von Streifen einen breiterwerdenden Kanal von der Mittellinie bis zum Kreisrand abstecken
- Ein Verteidiger am Kreisrand
- Zwei Stürmer kurz hinter der Mittellinie

Ablauf:

- Die Übung beginnt mit einem Auftaktpass des rechten Stürmers in den Laufweg seines Mitspielers.
- Der anlaufende Spieler läuft dabei vor dem Ball weg und bekommt den Ball genau in die Vorhand gespielt.
- Nach der Ballannahme und kurzer Mitnahme erfolgt ein sofortiges Rausdrehen über die Vorhand und ein Eindringen in den Kanal.
- Im Kanal wird bis zum Torschuss ein freies 2 gegen 1 gegen den Verteidiger gespielt.

Variationen:

- Die Übung kann durch einen zusätzlichen Verteidiger zum 2 gegen 2 und/oder durch ein zusätzliches Stürmer/Verteidiger-Pärchen zum 3 gegen 3 im Kanal erweitert werden.

Hinweise:

- Der Auftaktpass muss dem Tempo des anlaufendem Stürmers angepasst werden und punktgenau in die Vorhand kommen.
- Die Technikverbindung Ballan-, Ballmitnahme und Vorhand rausdrehn plus Anschlusshandlung soll im höchsten Tempo geschult werden.

