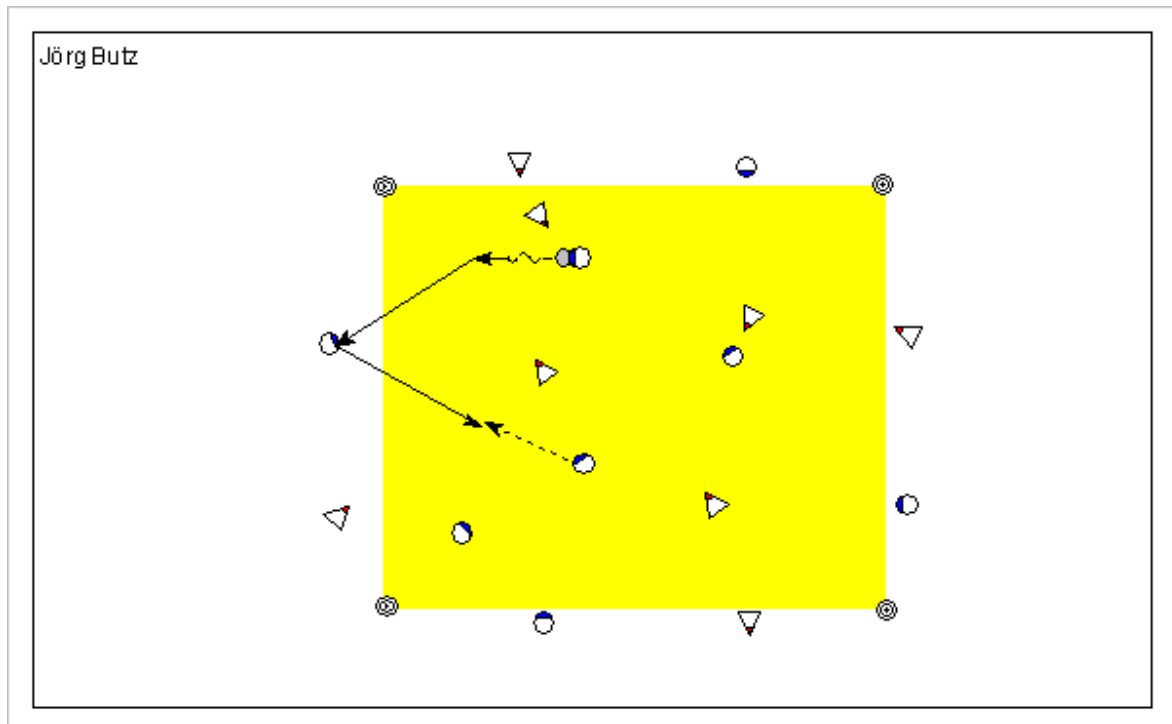


Taktik - Training Spielfähigkeit und Spielformen



Organisation

Ein Feld von 25 x 25 Metern markieren.
Die 8er-Gruppen bilden nun jeweils 1 Mannschaft.

Trainingseinheit Ballhalten

4-gegen-4 plus jeweils 4 Anspieler

Ablauf

4-gegen-4 im Feld mit jeweils 4 Anspielern außen.
Die Anspieler spielen mit maximal 3 Ballkontakten.

Variation

Positionswechsel zwischen Innen- und Außenspielern nach dem Anspiel.

Hinweis

Darauf achten, dass der jeweils ballbesitzende Spieler immer den Körper zwischen Ball und Gegner bringt.