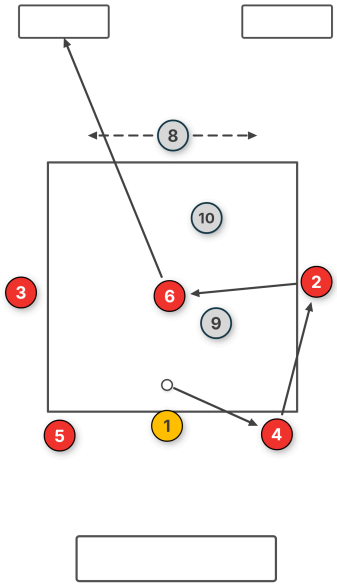
ANGRIFF · VERTEIDIGUNGSDRITTEL · ÜBUNG 1

6V3 MIT KONTER

Einheit: Spielaufbau von hinten



9 x 9 m

FELD	SPIELER	DURCHGÄNGE	BELASTUNG	PAUSE	GESAMT
9 x 9 m	6v3	4	2,5 Min	1 Min	14 Min

ORGANISATION

Das Spiel beginnt mit einem Abstoß des Torwarts. Das Feld ist 9 x 9 m groß, mit 2 Minitoren 5 m oberhalb des Feldes und 1 großen Tor 5 m hinter der unteren Linie. Die 2, 3, 4 und 5 unserer Mannschaft spielen außerhalb des Feldes und müssen auf ihrer Seite bleiben; die 6 spielt innen. Die gegnerische 9 und 10 pressen im Feld. Die gegnerische 8 bleibt hinter der hinteren Linie und verschiebt hin und her, um Schüsse auf die Minitore zu verhindern. Findet unsere Mannschaft die 2, die 3 oder die 6 frei, darf auf ein Minitor geschossen werden. Gewinnt der Gegner den Ball, kontert er auf das große Tor.

ZIEL UNSERER MANNSCHAFT

Den Ball so laufen lassen, dass die 9 und die 10 verschieben müssen, und den freien Spieler finden. Auch die 8 auf eine Seite locken und dann schnell auf die andere Seite spielen, um im Minitor abzuschließen.

FOKUS DES GEGNERS

Den Ball gewinnen und schnell auf das große Tor treffen. Die 8 verschiebt entlang der Linie, um Schüsse auf die Minitore zu blocken.

WICHTIGE COACHINGPUNKTE

- Spieltempo.
- Den Ball schnell laufen lassen.
- Timing des Passes.
- Winkel des Passes.

MÖGLICHE VARIANTEN

Ist es zu leicht, die 8 ins Feld nehmen und an ihrer Stelle eine gegnerische 6 hinzufügen.

Übung E1 · © 2026 Coaching Football