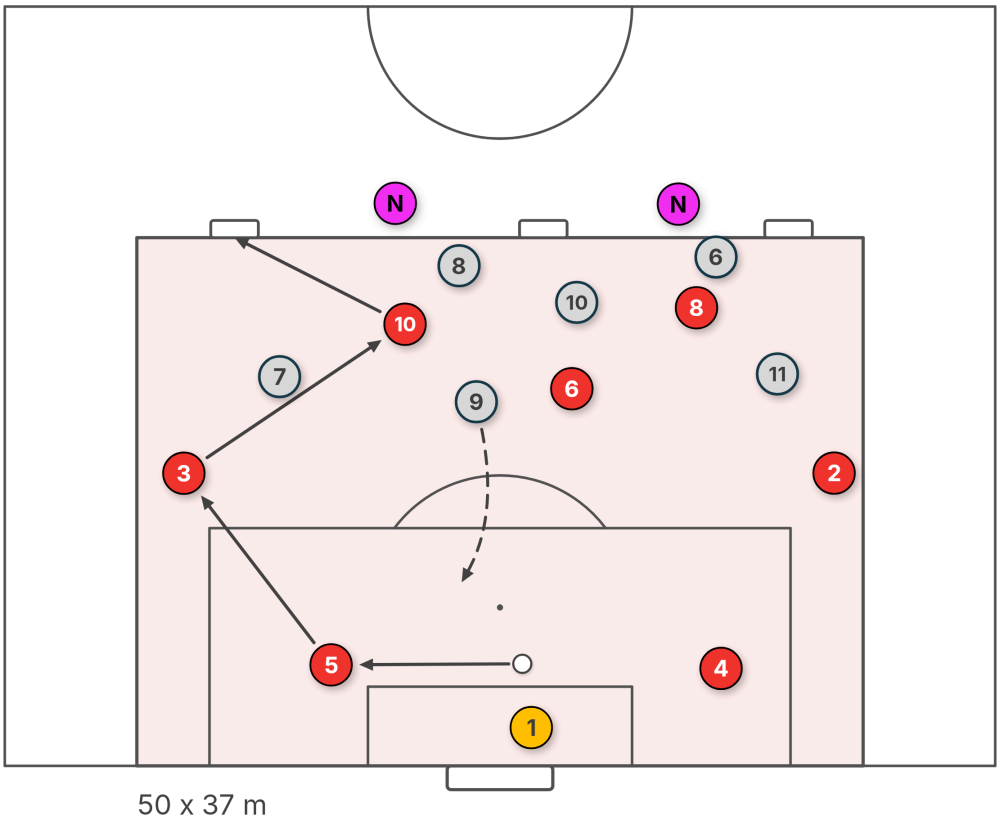
ANGRIFF · VERTEIDIGUNGSDRITTEL · ÜBUNG 3

8V6 PLUS 2 MIT KONTER

Einheit: Spielaufbau von hinten



50 x 37 m

FELD	SPIELER	DURCHGÄNGE	BELASTUNG	PAUSE	GESAMT
50 x 37 m	8v6+2	3	4 Min	2 Min	18 Min

ORGANISATION

Das Spiel beginnt mit einem Abstoß des Torwarts. Das Feld ist 50 x 37 m groß und liegt im Verteidigungsdrittel. Unsere Mannschaft (Torwart, 5, 4, 3, 2, 6, 8 und 10) spielt gegen die gegnerische 6, 7, 8, 9, 10 und 11. Auf der oberen Linie stehen 3 Minitore, dazwischen 2 neutrale Spieler. Die neutralen Spieler dürfen das Feld nicht betreten und bleiben draußen. Unsere Mannschaft trifft in die Minitore und kann dafür die neutralen Spieler nutzen. Gewinnt der Gegner den Ball, kontert er auf das große Tor.

ZIEL UNSERER MANNSCHAFT

Das Pressing anlocken, den Ball schnell laufen lassen, die 9 auf eine Seite festlegen und dann den Ball nach vorne bringen, um in die Minitore zu treffen.

FOKUS DES GEGNERS

Hoch pressen, den Ball gewinnen und schnell auf das große Tor treffen.

WICHTIGE COACHINGPUNKTE

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

Übung E3 · © 2026 Coaching Football