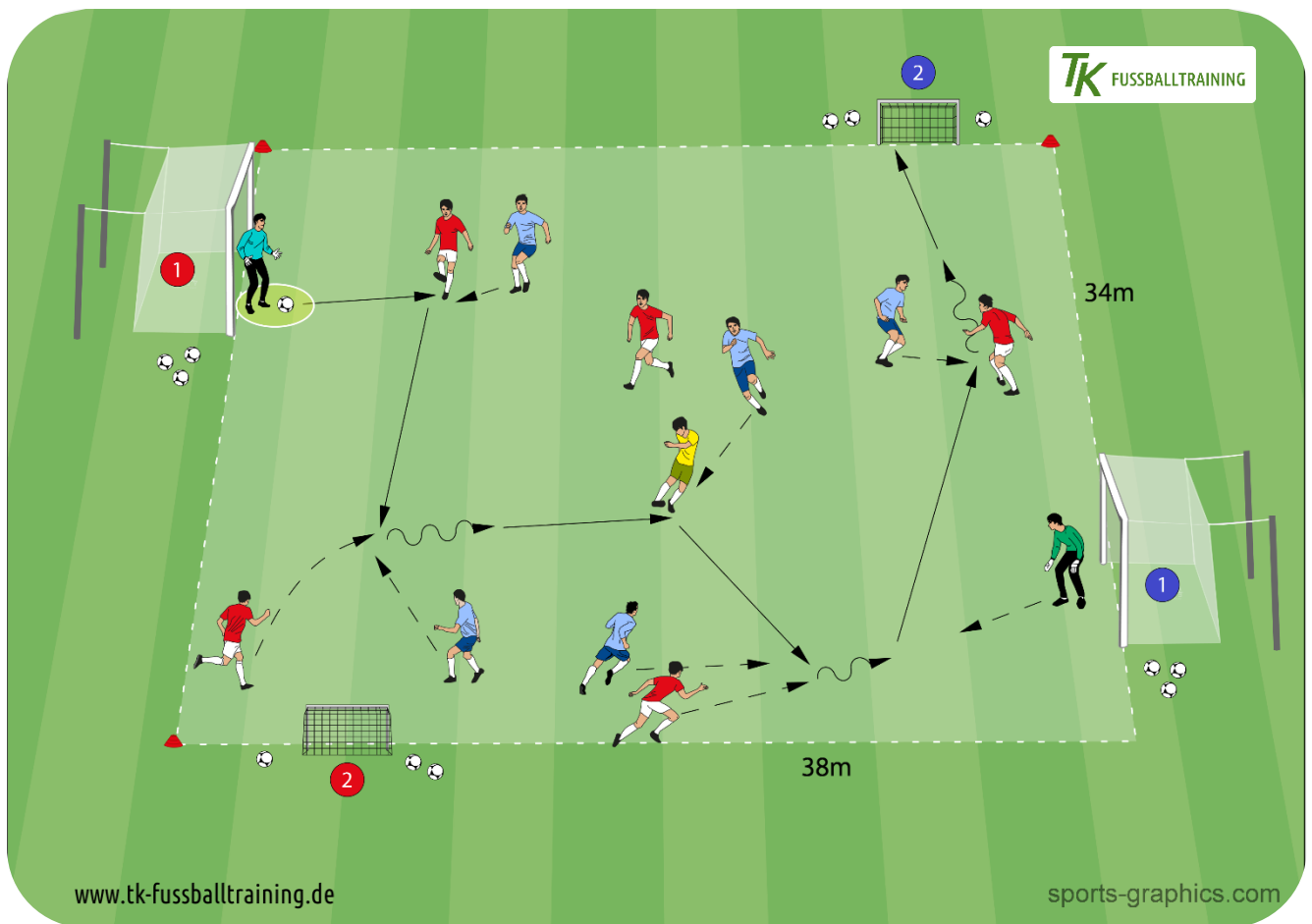


1) Positionsspiel: 5 vs 5 + Neutraler auf 4 Tore (11 Spieler + 2 TS)



Organisation

- 2 Mannschaften (Rot und Blau) mit je 5 Spielern
- 1 Neutraler (Gelb)
- 2 Torspieler in die Tore
- Feldgröße: 38 x 34m
- 2 Großtore und 2 Minitore an den Seitenlinien ungleichmäßig verteilen.
- An jeder Seite steht 1 Tor (abwechselnd Minitor und Großtor)

Ablauf

Jeder Mannschaft 1x Groß- und 1x Minitor zuteilen.

5 + Neutraler vs 5

Spiel ohne Abseits im abgesteckten Feld ohne Kontaktbegrenzungen.

Es müssen min. 5 Pässe gespielt werden, bevor ein Torerfolg geschehen kann.

Ausnahme ist, wenn nach Ballgewinn sofort innerhalb 1'' geschossen wird (schnelles umschalten).

Bei Ausball entsprechend indirekten Freistoß da, wo der Ball ins Aus gegangen ist.

Bei Torerfolg bleibt die Mannschaft in Ballbesitz und baut über den TS wieder neu auf.

Dauer

- 4 Durchgänge mit jeweils 4' Spielzeit
Gesamtdauer: 20'

Coaching Punkte

- Ballzirkulation und raus aus engen Räumen
- Ständige Neuorientierung der Spieler

Variationen

- Max. 3 Kontakte erlaubt
- Tore in den Minitoren nur nach Rückpass von der Grundline.