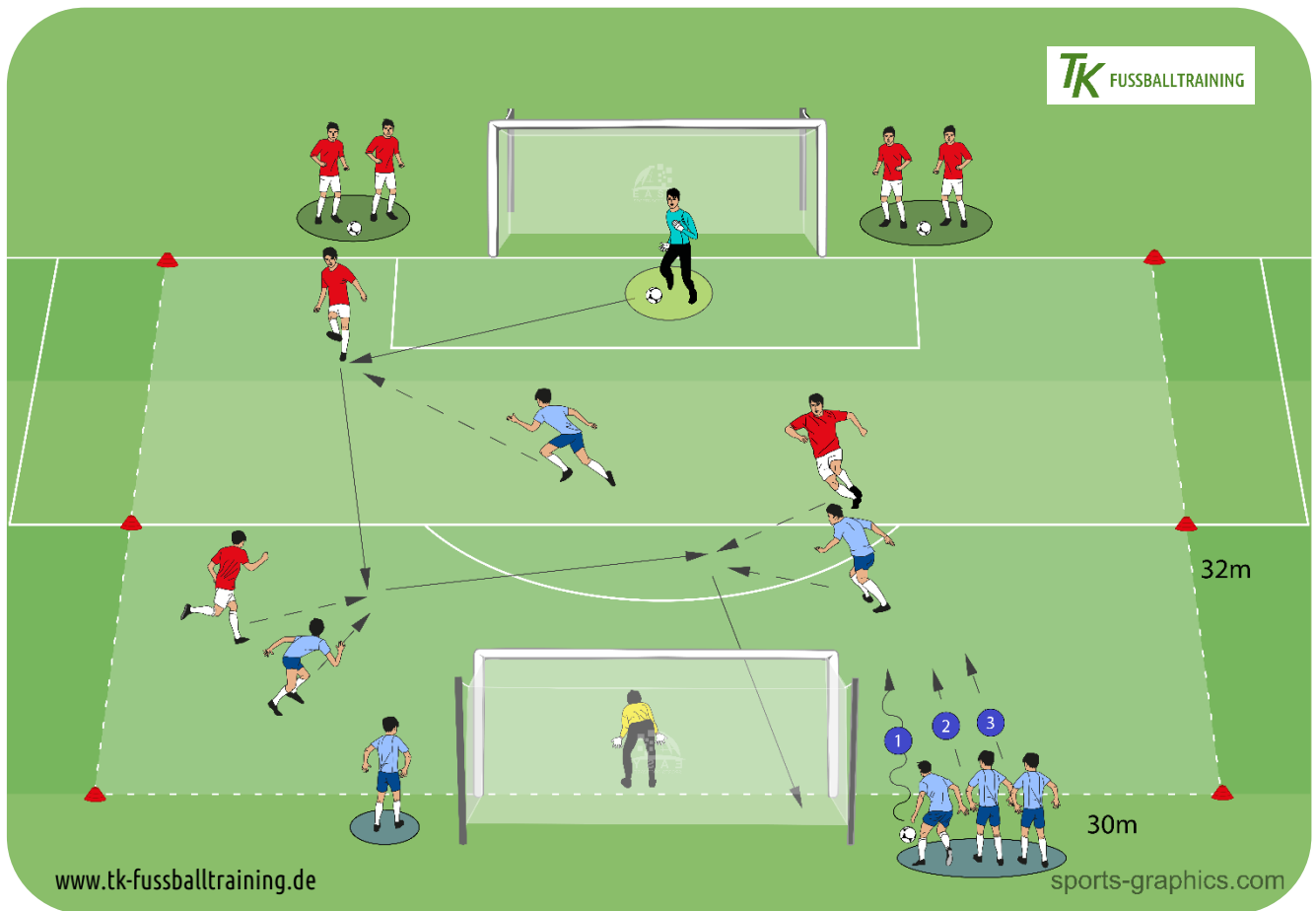


Schnelle Wechsel im 3 vs 3



Organisation

- 2 Mannschaften (Rot und Blau) mit je 7 Spielern.
- 2 Torhüter in die Tore
- Feldgröße: 30 x 32m

Ablauf

Es spielen immer 3 vs 3 in einem 30 x 32m Feld mit 2 Toren.

Die pausierenden Spieler befinden sich neben dem eigenen Tor.

Sobald der Ball im Tor, oder im Aus (Seiten- oder Toraus) ist, kommt von der ballbesitzenden Mannschaft 3 neue Spieler mit Ball ins Feld und greift an.

Währenddessen verlassen die bisherigen Spieler von diesem Team das Feld auf den kürzesten Weg.

Die Spieler der anderen Mannschaft bleiben im Spielfeld und müssen nun auf Defensive umschalten...

Achtung: Ballbesitzende Mannschaft kommt immer neu mit Ball ins Feld!

Dauer

- 3 Durchgänge mit jeweils 1 ½' Spielzeit und 1 ½' Pause
- Gesamtdauer: 15'

Coaching Punkte

- Ständige Neuorientierung
- Wer kommt neu, wer bleibt?

www.tk-fussballtraining.de

Anwenderhandbuch Fussballtraining

tk_fussballtraining