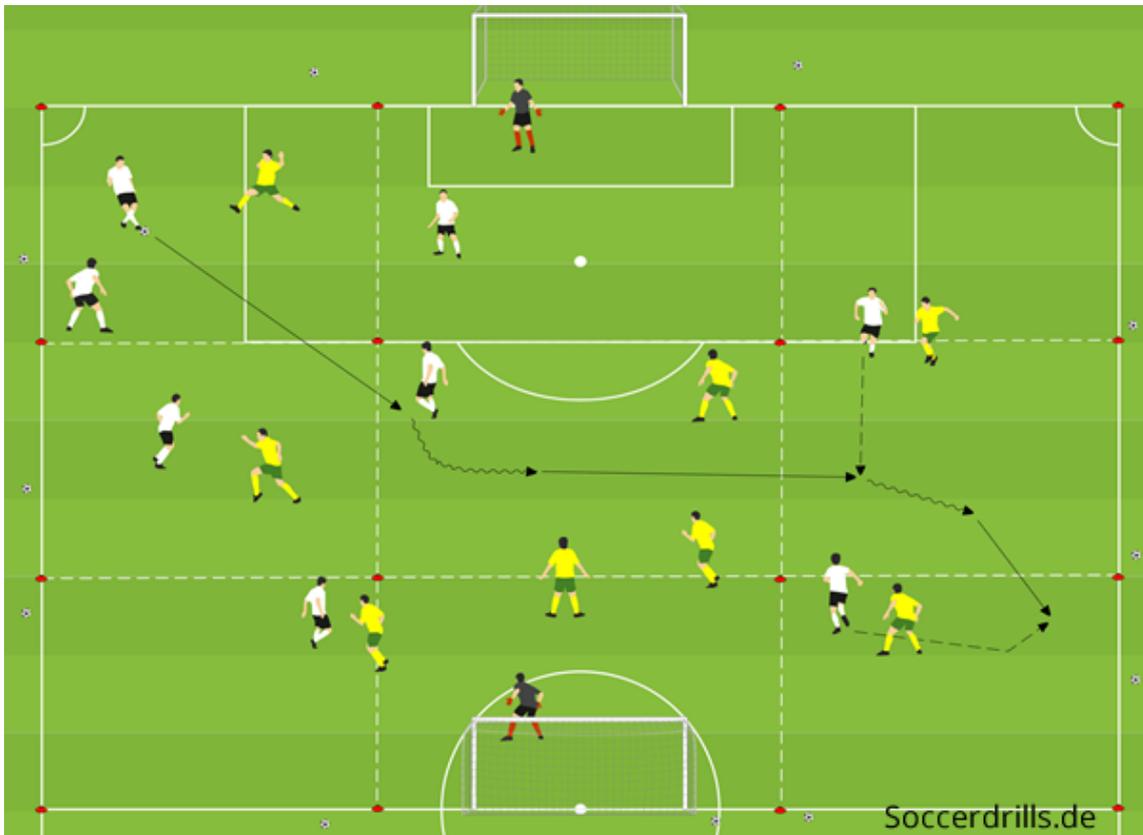


Ausdauer-Spielform -Felderspiel-



Organisation:

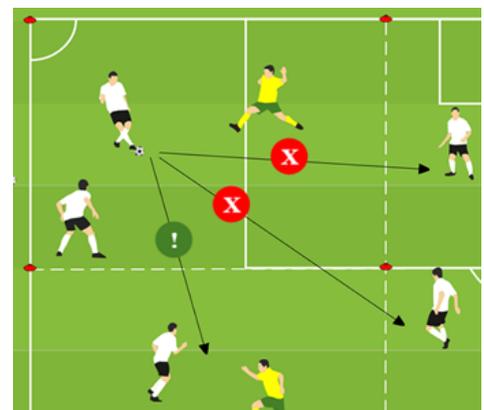
- Markiere ein Übungsfeld in der Größe eines halben Spielfeldes.
- Markiere im Feld 9 gleich große Zonen. Bei größeren Spielfeldern können 12 Zonen markiert werden.
- Ausreichend Ersatzbälle liegen bereit.
- Teile zwei Teams ein, es wird auf zwei Tore mit Torhütern gespielt.

Ablauf:

- Es ist verboten von einer in die andere Zone zu dribbeln. Ein Zonenwechseln darf nur durch Passspiel erfolgen.
- Die Spieler bewegen sich frei im gesamten Spielfeld, sollten aber immer versuchen, sämtliche Zonen zu besetzen.

Varianten:

- Es sind nur vertikale Pässe erlaubt, Quer-, Diagonal- und Rückpässe in andere Zonen sind verboten.
- In den Zonen im Zentrum wird eine Kontaktbegrenzung eingeführt.



Trainertipps:

- Die Spieler sorgen durch viele Bewegung dafür, dass der Ballbesitzer viele Anspielmöglichkeiten hat.
- Verbiete eventuell längere Dribblings oder Zweikämpfe.