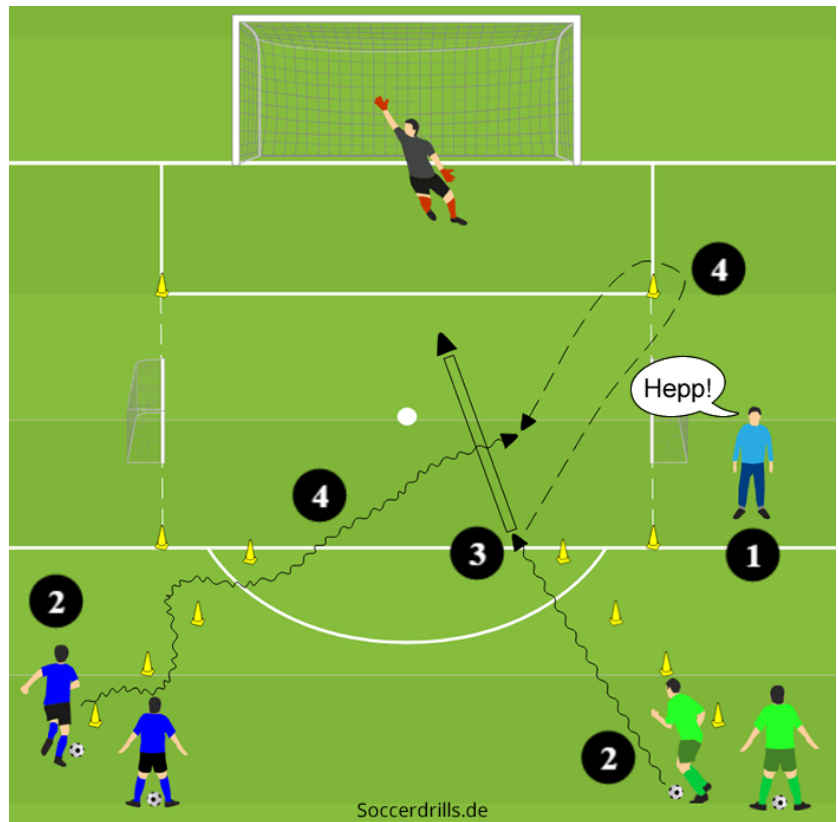


Zweikampf - Anschlusszweikampf

Organisation:

- 12 Markierungen, ein Tor, 2 Minitore (Stangentore, Hütchentore) und ausreichend Bälle werden benötigt.
- Mit jeweils 4 Hütchen wird ein Slalom außerhalb des Strafraums, links und rechts, aufgebaut.
- Im Strafraum wird eine Minispielfeld mit zwei Toren markiert, idealerweise zwischen der 5 und 16-Meter-Linie (siehe Grafik).
- Zwei Gruppen werden eingeteilt, jeder Spieler hat einen Ball. Im Groß- oder Jugendtor wird ein Torwart postiert.
- Die Spielfeldmaße werden der Altersklasse und dem Leistungsvermögen angepasst.



Ablauf:

1. Das Startsignal erfolgt vom Trainer.
2. Spieler Blau und Grün starten gleichzeitig ins Dribbling. Einer absolviert den Hütchen-Slalom (Grafik = Blau), der andere (Grün) dribbelt zur Strafraumgrenze.
3. Spieler Grün schießt aufs Tor.
4. Nach dem Torschuss umläuft Grün das obere rechte Hütchen und wird zum Verteidiger. Spieler Blau dribbelt zum Minitor auf die andere Seite und sucht den Torerfolg.
 - Erobert Grün den Ball, greift er aufs andere Minitor an und Blau wird zum Verteidiger.
 - Jede Aktion dauert höchstens 15 Sekunden, sonst wird sie abgebrochen.
 - Nach einigen Zweikämpfen tauschen die Gruppen die Aufgaben.

Varianten:

- Nach dem Torschuss von Grün spielt der Torwart mit Blau zusammen.
- Verlängere die Slalomstrecke, jetzt darf Blau auf beide Minitore angreifen.
- Torabschluss von links, Slalomdribbling auf der rechten Spielfeldseite.
- Der Torschuss darf vom Elfmeterpunkt erfolgen.
- Wettkampf zwischen Team Blau und Grün. Welches Team erzielt insgesamt die meisten Tore?
- Das Startsignal lautet „Blau“ oder „Grün“. Der genannte Spieler bewältigt das Slalomdribbling, der andere startet zum Torschuss.

Trainertipps:

- Im 1 gegen 1 eine Seite andribbeln und den Gegner „locken“.
- Beidfüßigkeit beim Slalomdribbling.