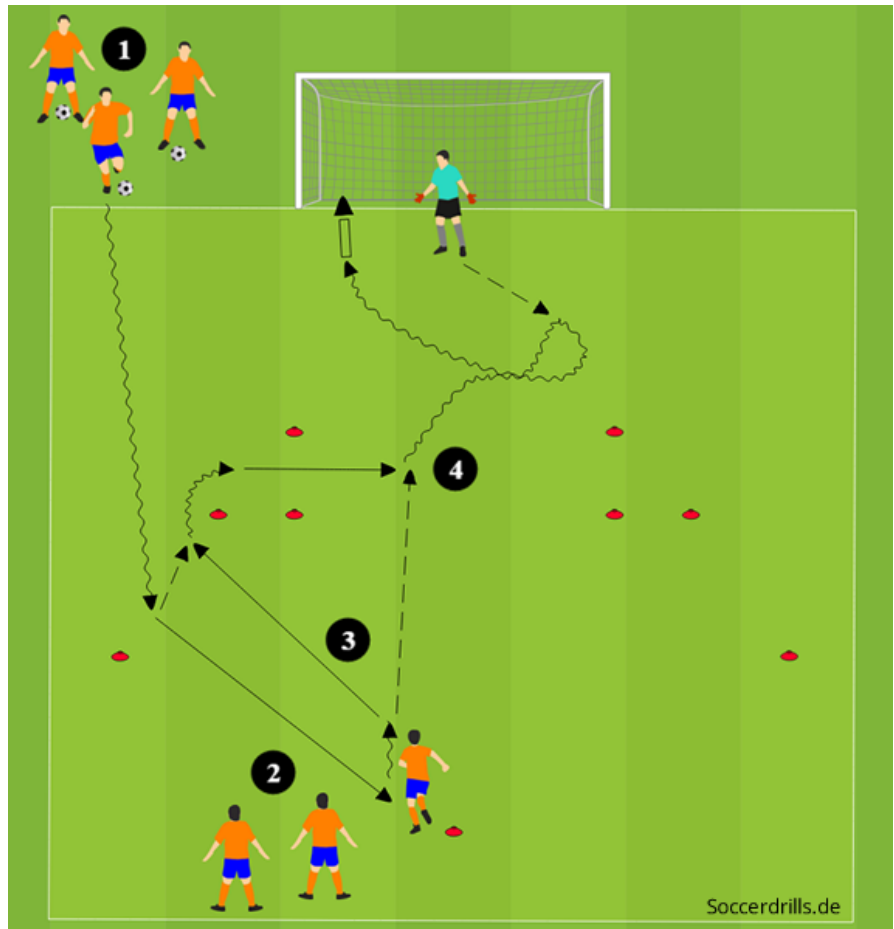


Der Steckpass zum 1 gegen 1

Organisation:

- Für den Ablauf von einer Übungsseite benötigen wir:
- Das gesamte Übungsfeld ist ca. 20 x 20 Meter groß, oder dem Leistungsvermögen angepasst.
- 1 Tor mit Torwart.
- Neben dem Tor (in der Grafik links) und auf der gleichen Seite, ca. 18 Meter vom Tor entfernt, ins Zentrum versetzt, postieren wir jeweils Spielergruppen. Die Spieler am Tor verfügen über Bälle.
- Weiterhin benötigen wir 5 Bodenmarkierungen, ausgelegt werden diese, wie in der Grafik zu erkennen. Mit den Abständen kann variiert werden, auch im Ablauf.



Ablauf:

1. Der Startspieler dribbelt mit hohem Tempo auf die an der Seite ausgelegte Markierung zu.
 2. Von dort passt er zum ersten Spieler auf der anderen Seite, der an einer weiteren Markierung wartet.
 3. Der Passempfänger kontrolliert den Ball und passt zum Startspieler zurück. Dieser zieht den Ball um die Markierung, dies geschieht schnell, mit enger Ballführung. Anschließend passt er zwischen den beiden Markierungen hindurch, dies ist auch als No-Look-Pass möglich.
 4. Zwischenzeitlich ist der erste Passempfänger zum Tor gestartet, kontrolliert den Ball, geht ins Dribbling und spielt den Torwart im 1 gegen 1 aus.
- Nach der Aktion tauschen die Spieler die Gruppen.

Varianten:

- Stoppe die Zeit, wie lange dauert ein schneller Angriff? Gebe dann eine Zeit vor, in der ein Tor erzielt werden muss.
- Ablauf von der anderen Seite oder von beiden Seiten gleichzeitig.
- Bewege dich zwischen den Markierungen, störe den Ablauf.
- Der letzte Spieler der Aktion schließt sofort direkt ab.

Trainertipps:

- Sehr hohes Tempo beim Start ins Dribbling.
- Enge Ballführung und genaue Pässe.
- Schnell den Abschluss suchen.