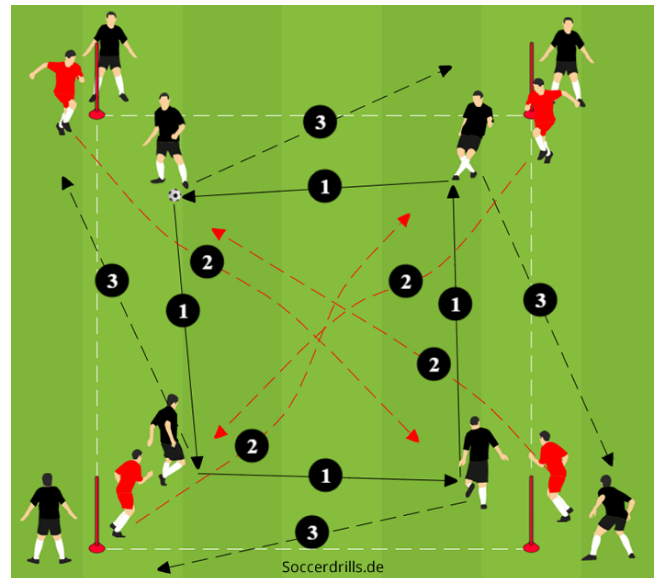
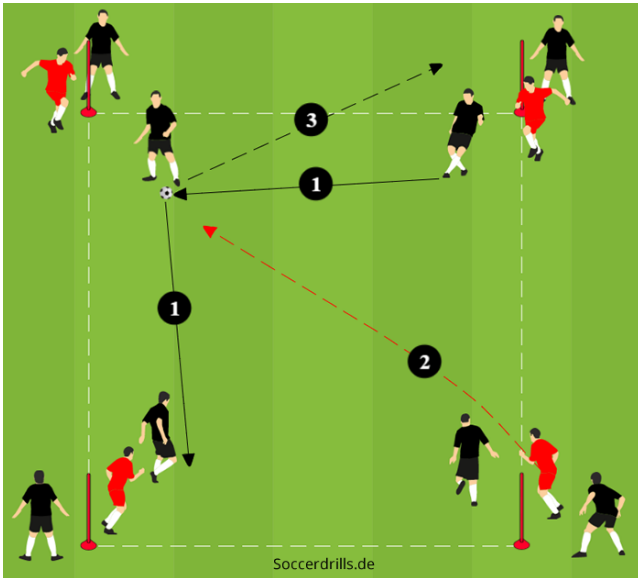


Zweikampf - Pressing-Quadrat



Organisation:

- Material: 4 Stangen (Hütchen), einen Spielball und Ersatzbälle.
- Das Quadrat hat eine Seitenlänge von ca. 10 Metern.
- In jede Ecke werden 3 Spieler postiert.

Ablauf:

- In der Grafik startet der Spieler oben links, für eine bessere Übersicht wurden die Störspieler mit roten Trikots gekennzeichnet.
- 1. Der Startspieler oben links passt gegen den Uhrzeigersinn zum Mitspieler an der nächsten Ecke.
- 2. Der Störspieler startet diagonal von der anderen Seite und versucht den Pass zu unterbinden.
- 3. Nach dem Pass startet der Spieler im Uhrzeigersinn in die nächste Ecke.
- So läuft es in jeder Ecke des Quadrats ab. Der Passspieler leitet den Ball gegen den Uhrzeigersinn weiter und schließt sich im Uhrzeigersinn der nächsten Gruppe an. Der Spieler diagonal gegenüber vom Passgeber startet immer so rechtzeitig, dass er den Passgeber stört, er presst. Anschließend schließt er sich der Gruppe des Passgebers an.

Varianten:

- Pass im Uhrzeigersinn, anschließend schließt sich der Passgeber gegen den Uhrzeigersinn der nächsten Gruppe an.
- Pass gegen oder im Uhrzeigersinn und entsprechend entgegen der Passrichtung in die nächste Ecke laufen. Der Passgeber hat die Wahl, in welche Richtung er passt.
- Der Störspieler stellt beim Pressing eine Passseite zu.

Trainertipps:

- Die Spieler pressen aktiv und versuchen die Pässe zu unterbinden.
- Ballverluste sind gewollt und es geht anschließend schnell mit einem neuen Ball weiter.