

## Übungsform: 8 gegen 8 in Zonen

### Übungsablauf:

Alle Spieler positionieren sich wie in der Grafik dargestellt in ihren Positionen. Die ballbesitzende Mannschaft versucht sich von der einen Stirnseite zu der anderen Stirnseite durch zu kombinieren. Gespielt wird mit zwei Ballkontakten. Die Spieler müssen in ihren Räumen bleiben. Für jede Spielverlagerung von „Seite zu Seite“ bekommt die Mannschaft einen Punkt



### Schwerpunkt:

Verbesserung Spieleröffnung + Freilaufen & Anbieten

- ➔ Passqualität
- ➔ Ballannahme
- ➔ Coaching Spieler untereinander: Zeit/Dreh/ Klatsch usw.

### Methodik:

2 Kontakte oder zu Beginn freies Spiel

Spieleranzahl variieren zum Beispiel: Neutraler Spieler bei einbauen

Es ist möglich Positionsspezifisch aufzustellen

Nur flache Pässe (Hüfthöhe) sind erlaubt

### Hilfsmittel:

- Leibchen (2 Farben)
- 8 Markierungshütchen ( 2 Farben) + 4 Stangen + 8 Markierungsscheiben
- Feldgröße: 50 m x 12m + Mittelzone 18m x 12m