

Nr. 29	Aktiver Gegenaußen	8	★★★
Benötigt: 2 Hütchen, 1 Ball			

Aufbau:

- Zwei Hütchen auf Pfostenhöhe aufstellen.

Ablauf 1:

- ① und ② üben den Laufweg der Außenspieler in einer Abwehr mit offensiven Außen auf der Gegenseite, ③ simuliert einen Abwehrspieler vorne Mitte.
- Der Ball wird zunächst einige Male von links nach rechts (A bis E) und von rechts nach links durchgespielt (Bild 1).
- Beim Pass von der Mitte auf Rückraum rechts (D), postiert sich der Außenabwehrspieler auf der ballfernen Seite (①) nach vorne in eine offensive Position (F).
- Sobald der Ball wieder über die Mitte auf die andere Seite läuft, orientieren sich die Außen-Abwehrspieler wieder auf ihre defensive Außenposition (C).

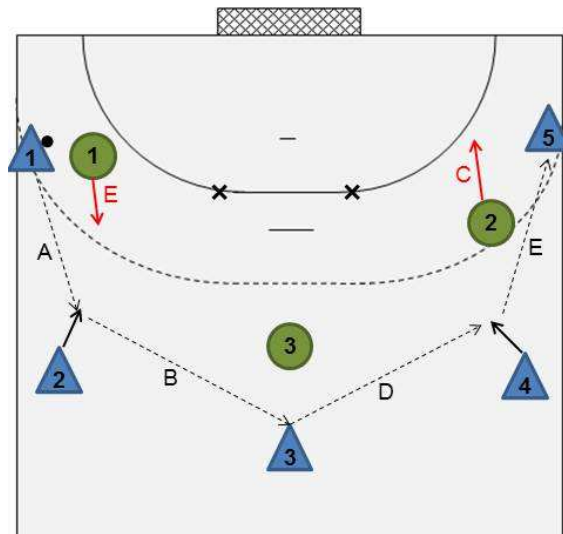


Bild 1

Ablauf 2 (Bild 2):

- Die Regelbewegung wird um die Situation mit langem Pass von Halbspieler zu Halbspieler erweitert.
- Beim Pass von außen in den Rückraum (G), tritt ③ in den Passweg zu ④ (H) und provoziert so einen langen Pass von ④ zu ② (J).
- ① versucht, diesen langen Pass aus der vorher eingenommenen offensiven Position heraus abzufangen (K) (Bild 3).

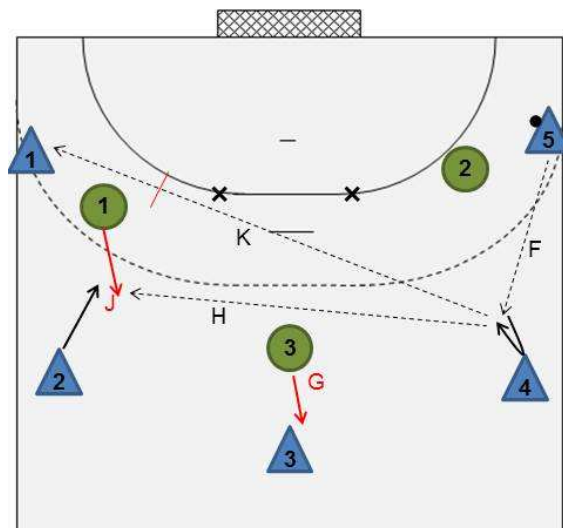


Bild 2



Bild 3