



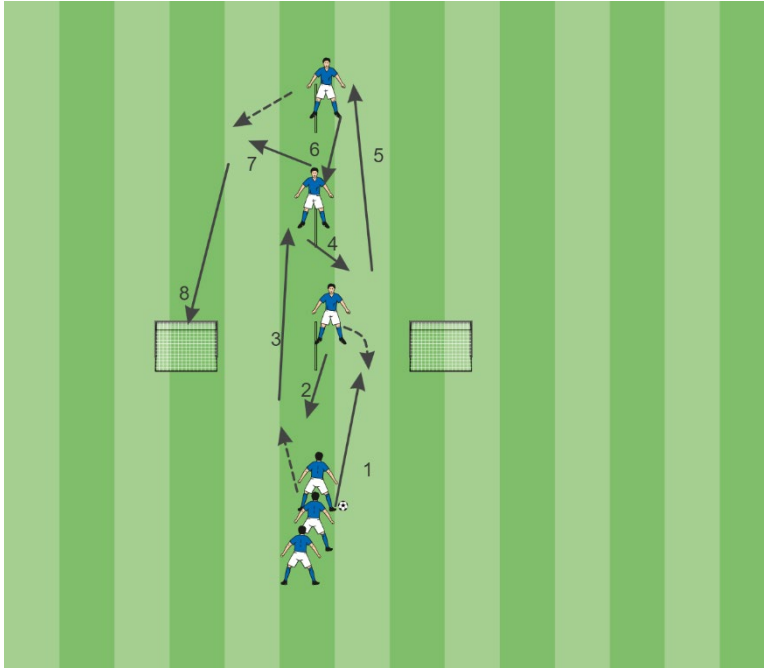
3 / 6

B42 Bonusinhalte

STEIL-KLATSCH

Trainingseinheit zum Thema „Steil-Klatsch“

1. Warm-up: Passform Steil Klatsch mit Anschlussaktion



Organisation:

Ein Hütchen markiert den Ausgangspunkt, dann folgen drei Stangen im Abstand von 10-12m. Auf Höhe der ersten Stange stehen zwei Passtore.

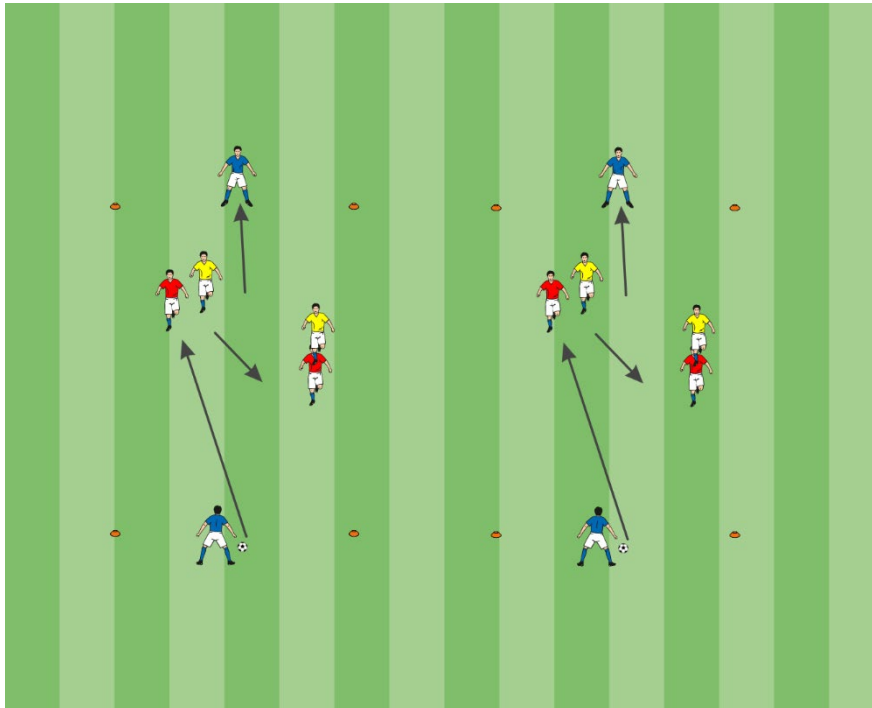
Ablauf:

Ein Spieler am Ausgangspunkt spielt den Ball zum sich seitlich lösenden Spieler an der ersten Stange. Dieser lässt den Ball schräg prallen auf den beginnenden Spieler, welcher die Stange überspielt und den sich seitlich lösenden Spieler bei der zweiten Stange anspielt. Dieser lässt wiederum auf den Spieler der ersten Stange prallen welcher die Stange wieder überspielt und den Spieler der dritten Stange anspielt. Dieser lässt sich per Doppelpass Richtung Passtor durch und schließt ab. Die Spieler rücken eine Station weiter. Der nächste Durchgang geht über die andere Seite.

Coachinghinweise:

- Seitliches Lösen für ein diagonales Zuspiel
- Timing beim Lösen
- Passschärfe beim Überspielen
- Fußhaltung bei Klatsch-Bällen

2. Hauptteil 1: Spielform im 2 gegen zwei mit Anspielern



Organisation:

Vier Hütchen markieren ein 15x25m Feld in dem 3x zwei Spieler eingeteilt werden. Dabei fungieren zwei Spieler als Anspieler an den Kopfseiten und die beiden anderen zweier Teams befinden sich im Feld.

Ablauf:

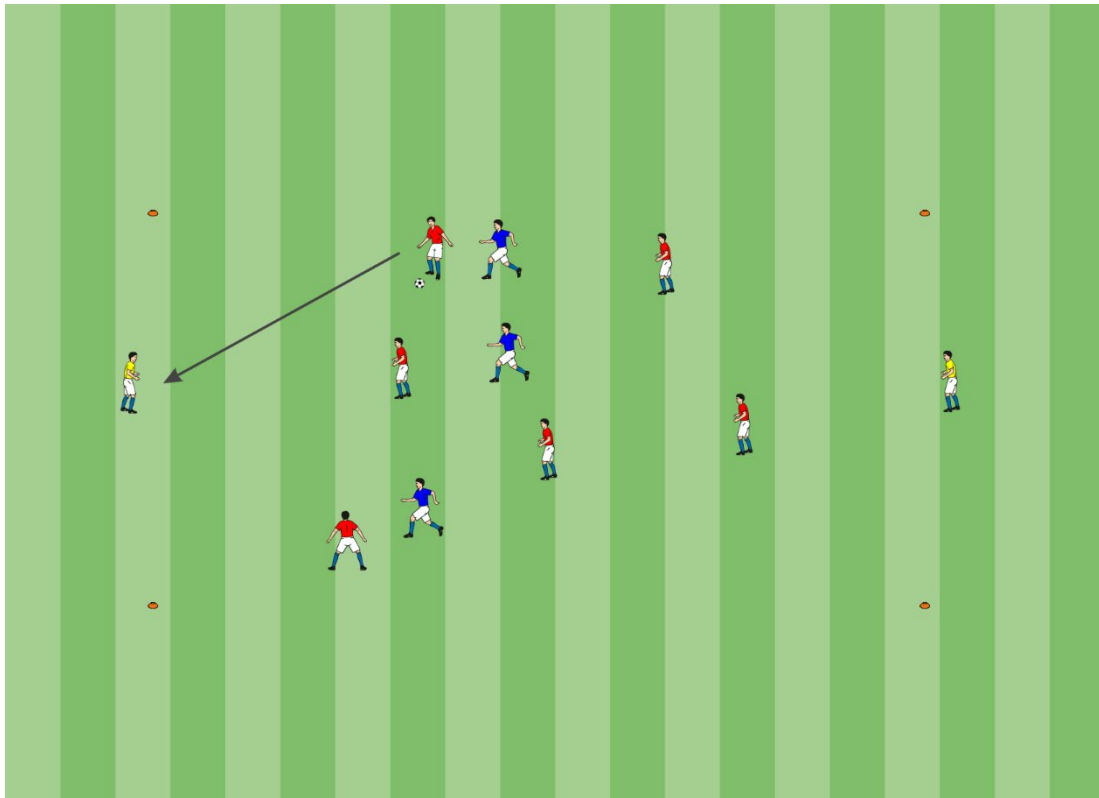
Die Teams versuchen sich von Anspieler zu Anspieler zu kombinieren. Punkte können die Teams erzielen, indem von einem zum anderen ohne Ballverlust gespielt wird. Die Anspieler dürfen sich nicht gegenseitig anspielen.

Variation: Maximal zwei Kontakte.

Coachinghinweise:

- Staffelung der Spieler für möglichst viele Anspielebenen
- Timing beim Freilaufen

3. Hauptteil 2: Spielform 6 gegen 6 mit zwei Anspielern



Organisation:

Vier Hütchen markieren ein 30x45m großes Spielfeld in dem zwei Teams a 6 Spieler sind. An den Kopfseiten befindet sich jeweils ein Anspieler.

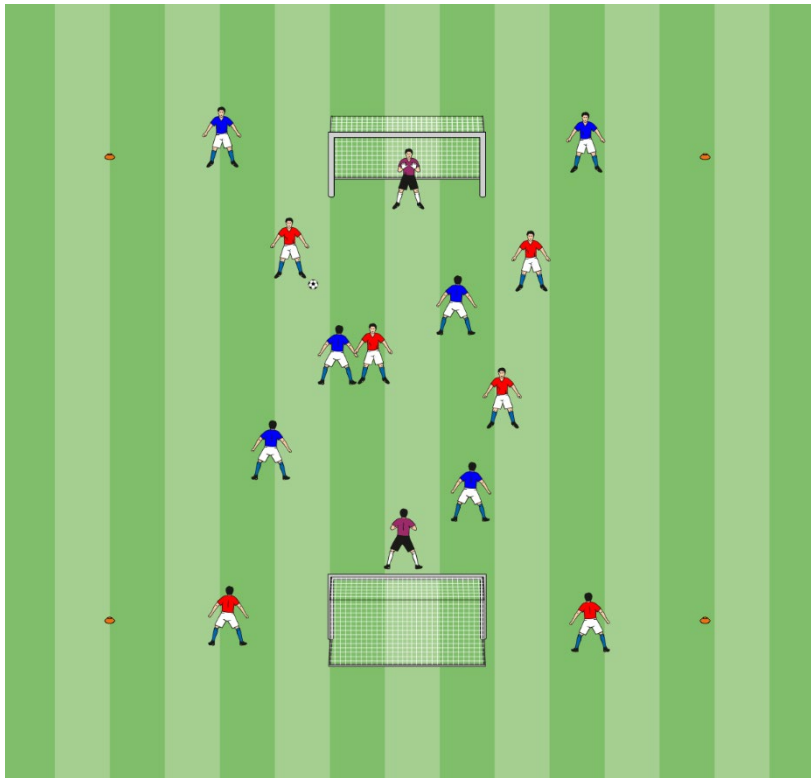
Ablauf:

Die Spieler versuchen sich mit max. zwei Kontakten von Anspieler zu Anspieler zu kombinieren um einen Punkt zu erzielen.

Coachinghinweise:

- Möglichst viele Anspielstationen schaffen
- Klatschoptionen bieten, wenn man mit Rücken zur Spielrichtung steht
- Schnelles Überspielen von Reihen

4. Schlussteil: 4 + 2 gegen 4 + 2 auf zwei Tore



Organisation:

Vier Hütchen markieren ein 30x36m großes Spielfeld. Im Feld befinden sich zwei Teams mit je vier Spieler plus zwei Spieler die sich links und rechts neben dem Tor postieren und als Anspieler fungieren.

Ablauf:

Die Spieler versuchen in Intervallen von 4 Minuten so viele Tore wie möglich zu erzielen. Dabei können die Spieler im Feld die Anspieler mit ins Offensivspiel einbeziehen. Die Anspieler haben nur einen Kontakt. Nach 4 Minuten die Anspieler wechseln.

Variation: Direkte Tore zählen zweifach. Pässe entgegen der Spielrichtung dürfen nur direkt gespielt werden.

Coaching:

- Vertikale Pässe einfordern
- Schnelles nachrücken beim Einbeziehen der Anspieler
- Auf hohes Spieltempo achten



Stefan Schaumeier

COO

+ 4 9 1 5 1 2 1 3 3 7 7 7 7

s t e f a n @ b - 4 2 . c o m

