



Aufwärmen

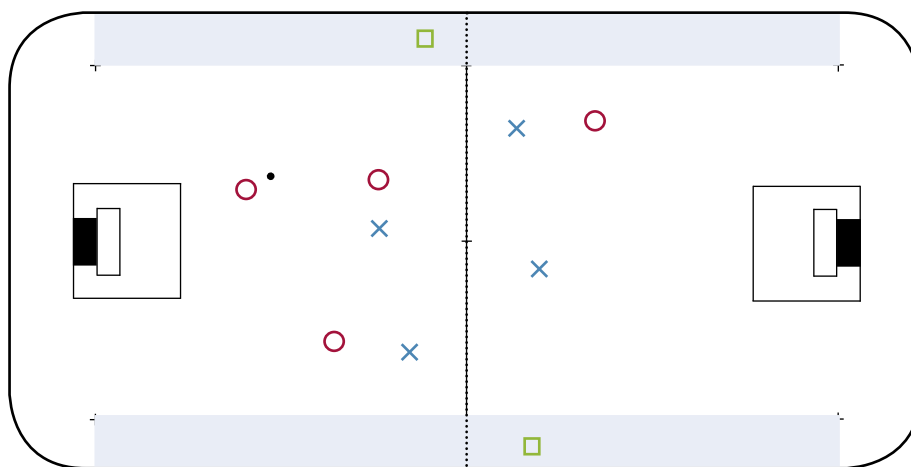
Hauptteil

Spielteil

## ZONENSPIEL

### Thema/Ziel der Übung:

- › Taktische Aufgaben
- › Spielverständnis
- › Zusammenspiel
- › Spielform



### ABLAUF

Auf dem Spielfeld werden 2 langgestreckte Seitenzonen und die Mittellinie markiert. Gespielt wird 4:4, die Spieler dürfen sich auf dem Spielfeld frei bewegen und jederzeit beide Jocker in den seitlichen Zone anspielen. Jedoch nicht über die Mittellinie dribbeln, d.h. der Ball darf nur mit einem Pass in die gegnerische Zone gespielt werden.

### VARIATION

- › Das Spielfeld in 3 oder 4 Zonen unterteilen
- › Spieler-/Jockerzahl verändern

### TIPS UND KORREKTUREN

Seitliche Spielverlagerungen mit den Zonenspielern (dadurch entsteht eine 6:4-Situation) ausnützen.  
Evt. Kontaktzeit in der hinteren Zone/eigenen Hälfte begrenzen um ein schnellen ersten Pass zu forcieren.