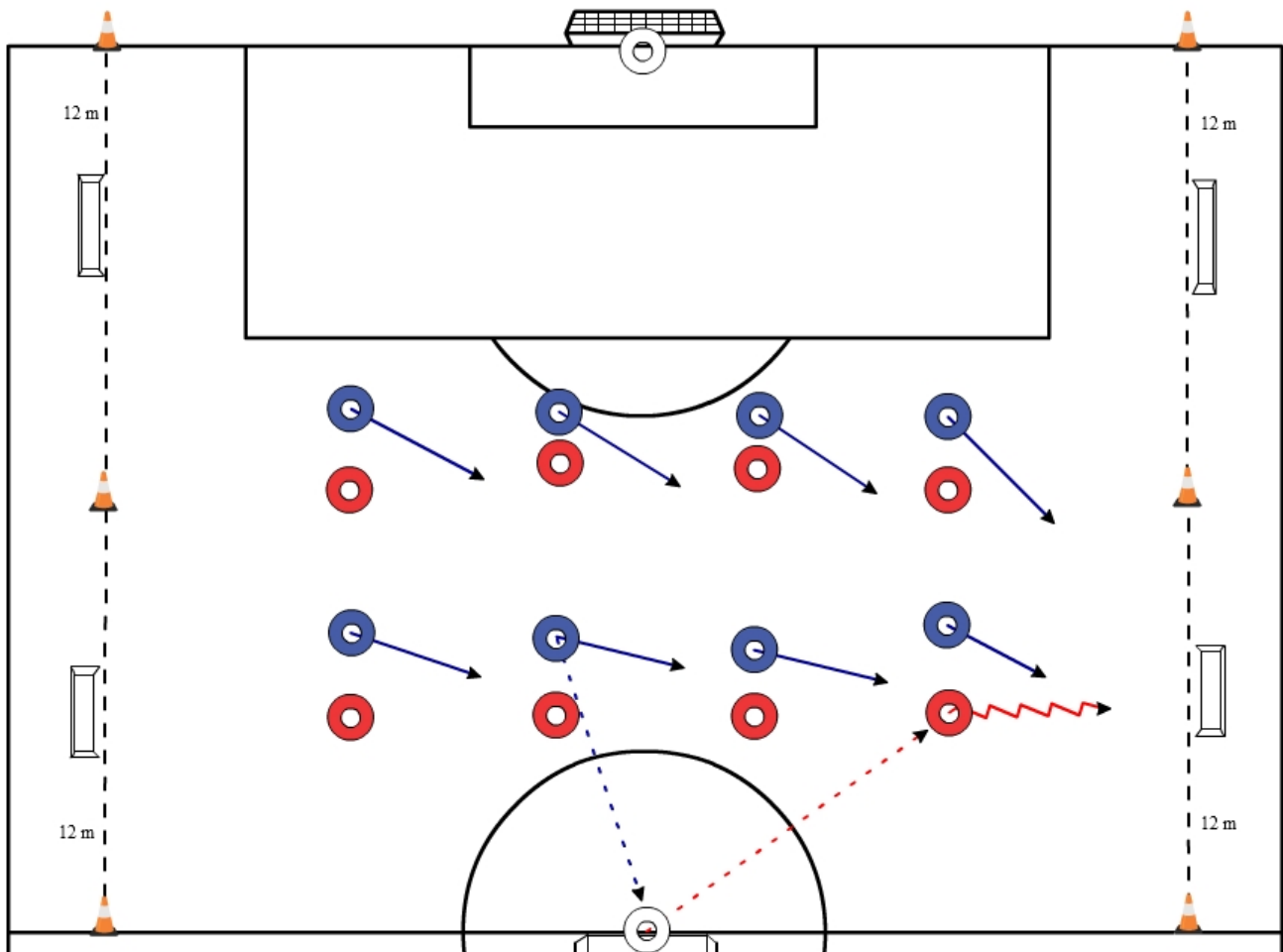


hoch stehende Viererkette trainieren



Aufbau und Organisation

- zwei Tore auf einer Spielfeldhälfte mit je einem Torhüter besetzt
- fünf Meter von der Seitenauslinie im Abstand von 12 Metern zu den Grundlinien jeweils zwei Minitore
- Genügend Ersatzbälle in den Toren bereithalten!

Ablauf

- 8 gegen 8 auf die Großtore
- Konter bei gehaltenem Ball des eigenen Torwarts oder bei eigener Balleroberung auf das dem eigenen Tor am

nächsten stehende Minitor

- Torwart soll das Spiel dabei schnell machen und den gehaltenen Ball sofort wieder abspielen.
- Die nun verteidigende Mannschaft muss dadurch vorrücken, um den Konter auf das für sie am weitesten entfernte Tor zu unterbinden. Sie geht also sofort ins Gegenpressing.
- Erobert die nun verteidigende Mannschaft, greift sie dann wieder auf das Großtor an.
- Verlässt der Ball das Spielfeld, wird ein neuer Angriff auf das Großtor durch die Mannschaft gestartet, die dadurch in Ballbesitz gelangt.