

1 gegen 1 auf 2 Tore mit 4 Anspielern

Auf den Grundlinien eines Feldes mit doppelter Strafraumgröße stehen zwei Tore mit Torhütern. Es werden zwei Mannschaften mit je drei Spielern gebildet. Nun teilen sich die Mannschaften so auf, dass sich drei Paare ergeben, die dann im Feld anschließend das 1 gegen 1 spielen sollen. Ein Paar nimmt diesen Platz sofort ein, die anderen Pärchen stellen sich als Anspieler an die Seitenlinien. Nun beginnt das erste Paar mit einem 1 gegen 1 auf die beiden Tore. Dabei darf der jeweilige Angreifer alle vier äußeren Spieler als Anspielmöglichkeit nutzen. Die Anspieler dürfen den Ball aber nur direkt wieder zurück spielen.

Nach einem Torabschluss bzw. spätestens nach 45 Sekunden erfolgt der Wechsel.

Variationsmöglichkeiten:

- Der Angreifer darf nur seine beiden Mannschaftskameraden als Anspielstationen benutzen.
- Es dürfen alle vier Anspieler angespielt werden. Jedoch muss der Angreifer nach einem Zuspiel mit dem Anspieler die Position und die Aufgabe tauschen.