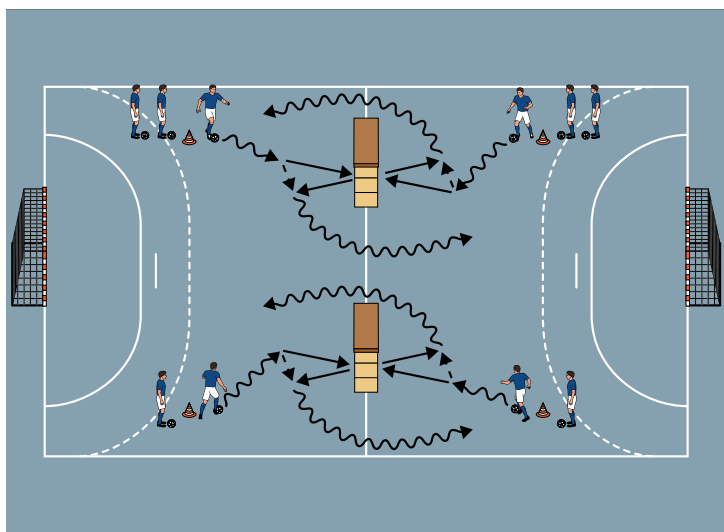


THEMA: TURNKÄSTEN ALS PERFEKTE ZUSPIELER



AUFWÄRMEN 1:

KASTEN-MITNAHME

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld mit 2 Turnkäten errichten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Hütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen gegen den Turnkasten und nehmen zum Hütchen gegenüber mit.

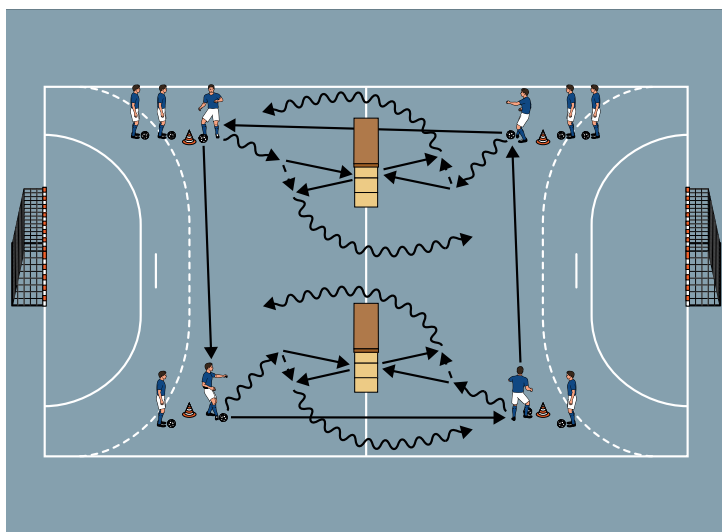
VARIATIONEN

- ▶ Den Ball zum Hütchen diagonal gegenüber mitnehmen.
- ▶ Den Ball im/gegen den Uhrzeigersinn zum nächsten Hütchen mitnehmen.
- ▶ Den Ball von einer Seite vertikal, von der anderen Seite diagonal mitnehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Immer aus dem Dribbling heraus gegen den Turnkasten passen.
- ▶ Bei der Mitnahme zu freien Räumen orientieren.
- ▶ Zunächst den Ball nur rechts am Turnkasten vorbei mitnehmen.

THEMA: TURNKÄSTEN ALS PERFEKTE ZUSPIELER



AUFWÄRMEN 2:

KASTEN-MITNAHME MIT ZUSPIEL

ORGANISATION

- Den Aufbau beibehalten.

ABLAUF

- Die ersten Spieler passen gleichzeitig gegen den Uhrzeigersinn zum Spieler am nächsten Hütchen.
- Die Spieler nehmen zum Turnkasten mit, passen gegen diesen und nehmen dann zum Hütchen gegenüber mit.

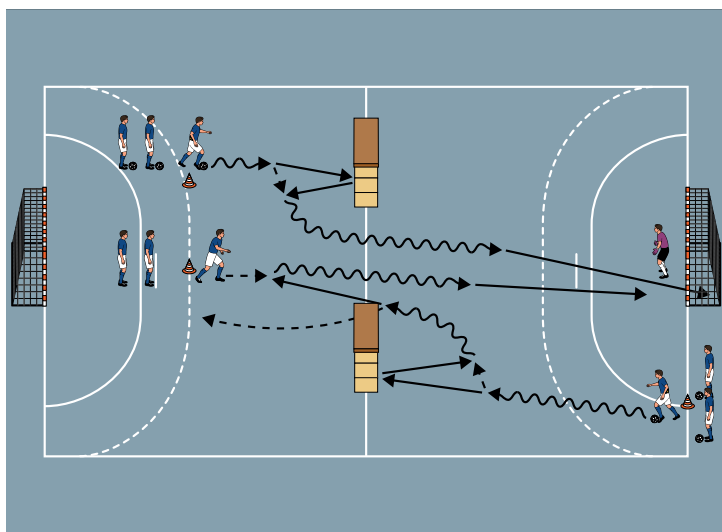
VARIATIONEN

- Im Uhrzeigersinn passen.
- Den Ball zum Hütchen diagonal gegenüber mitnehmen.
- Den Ball im/gegen den Uhrzeigersinn zum nächsten Hütchen mitnehmen.
- Den Ball von einer Seite gerade, von der anderen Seite diagonal mitnehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Als Trainer zunächst jeden Durchgang mit einem Zuruf starten.
- Beim Zuspiel gegen den/im Uhrzeigersinn möglichst mit der rechten/linken Innenseite mitnehmen.

THEMA: TURNKÄSTEN ALS PERFEKTE ZUSPIELER



HAUPTTEIL 1:

KASTEN-MITNAHME UND TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ 15 Meter vor einem Tor mit Torhüter 2 Turnkästen errichten.
- ▶ 3 Starthütchen gemäß Abbildung platzieren.
- ▶ Die Spieler auf die Starthütchen verteilen, wobei die Spieler an den äußeren Hütchen Bälle haben.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Ballbesitzer starten gleichzeitig und passen gegen den Turnkasten.
- ▶ Der Ballbesitzer auf der torentfernten Seite nimmt nach vorne mit und schießt ab.
- ▶ Der andere Spieler nimmt den Ball kurz mit, passt zum Spieler am mittleren Starthütchen und läuft seinem Pass nach.
- ▶ Der Passempfänger nimmt zum Torschuss an und mit.
- ▶ Nach jedem Durchgang am anderen Starthütchen anstellen.

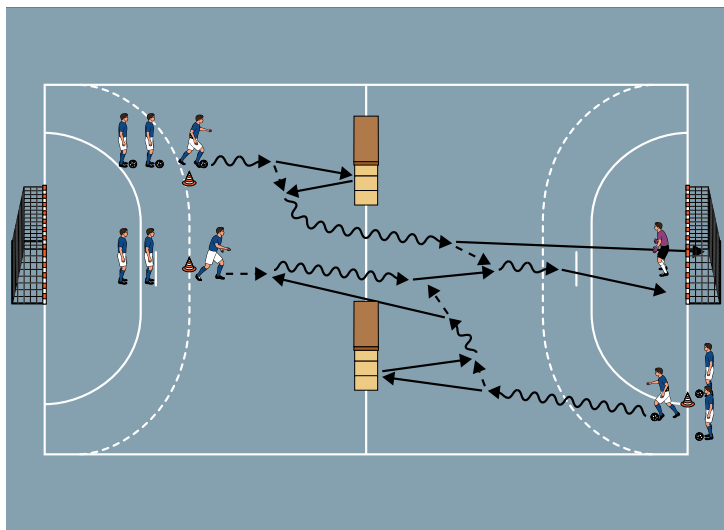
VARIATIONEN

- ▶ Der jeweils zweite Spieler spielt dem ersten Spieler gegen den Turnkasten zu.
- ▶ Die erlaubten Ballkontakte nach der Mitnahme begrenzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das mittlere Starthütchen so aufstellen, dass der Spieler deutlich zeitverzögert schießt.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Den Torhüter regelmäßig wechseln.

THEMA: TURNKÄSTEN ALS PERFEKTE ZUSPIELER



HAUPTTEIL 2:

KASTEN-MITNAHME UND ÜBERZAHL

ORGANISATION

- Den Aufbau beibehalten.

ABLAUF

- Die ersten Ballbesitzer starten gleichzeitig und passen gegen den Turnkasten.
- Der Ballbesitzer auf der torentfernten Seite nimmt nach vorne mit und schließt ab.
- Der andere Spieler nimmt den Ball kurz mit, passt zum Spieler am mittleren Starthütchen und wird Verteidiger gegen die anderen beiden Spieler.
- Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er auf die Turnkästen.
- Nach jedem Durchgang am anderen Starthütchen anstellen.

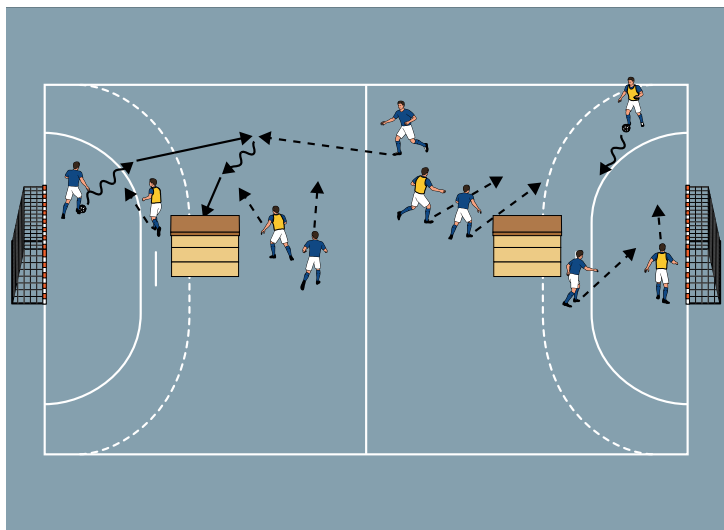
VARIATIONEN

- Der jeweils zweite Spieler spielt dem ersten Spieler gegen den Turnkasten zu.
- Die erlaubten Ballkontakte nach der Mitnahme begrenzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Gegebenenfalls eine Hallenhälfte als Spielfeld für das 2 gegen 1 nutzen.
- Der Verteidiger stellt sich nach jedem Durchgang am mittleren Starthütchen an.

THEMA: TURNKÄSTEN ALS PERFEKTE ZUSPIELER



SCHLUSSTEIL 1:

KASTEN-DOPPEL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Jede Hallenhälfte ist ein Spielfeld.
- ▶ Mittig in jedem Spielfeld einen Turnkasten errichten.
- ▶ 2 Teams bilden und auf die Felder verteilen.

ABLAUF

- ▶ 2 parallele Spiele auf die Turnkästen.
- ▶ Jedes Team greift auf eine Seite der Turnkästen an und verteidigt die andere Seite.
- ▶ Die jeweiligen Bälle bleiben auf den Spielfeldern, die Spieler können die Spielfelder wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Auf die gleichen Seiten der Turnkästen angreifen.
- ▶ Auf die entgegengesetzten Seiten der Turnkästen angreifen.
- ▶ Nur ein "Joker" jedes Team darf die Felder wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Felder wechseln, um sinnvolle Überzahl-situationen zu schaffen.
- ▶ Nach einem Treffer am Turnkasten ist das andere Team in Ballbesitz.