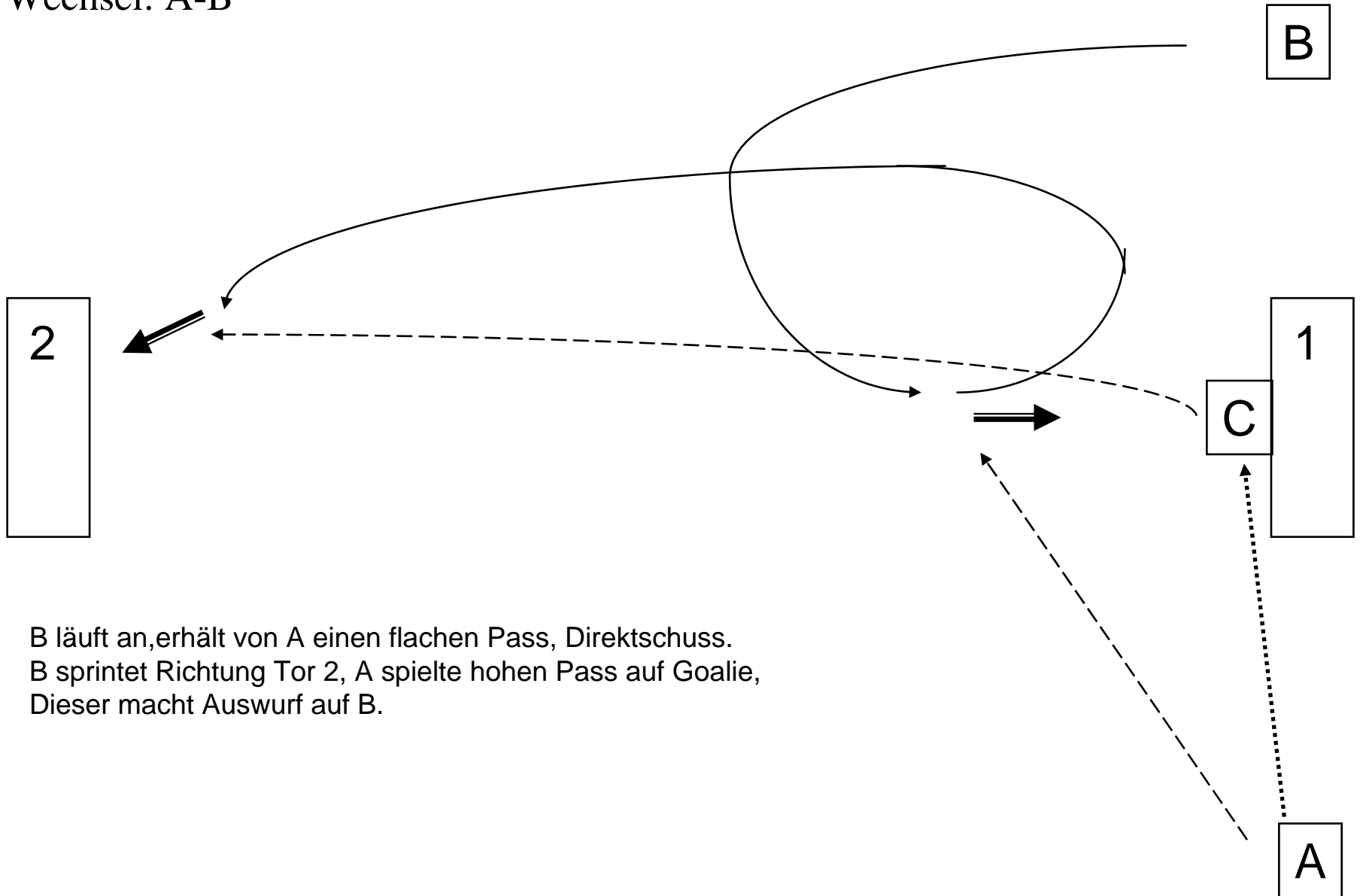


# Pass mit Direktschuss und langem Auswurf auf steil laufenden Spieler

Wechsel: A-B



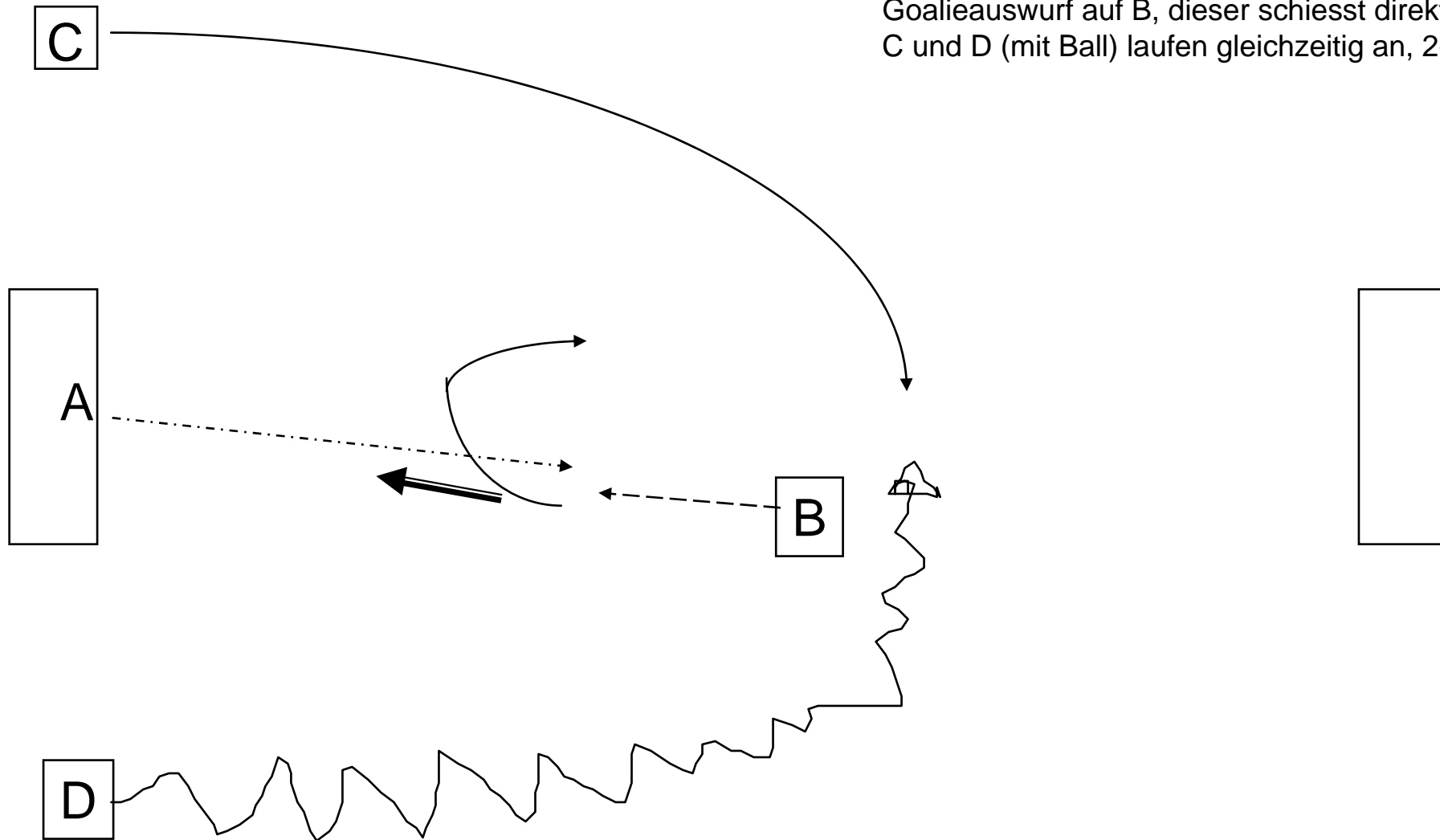
B läuft an, erhält von A einen flachen Pass, Direktschuss.  
B sprintet Richtung Tor 2, A spielte hohen Pass auf Goalie,  
Dieser macht Auswurf auf B.



# Direktschuss und anschliessendem 2-1

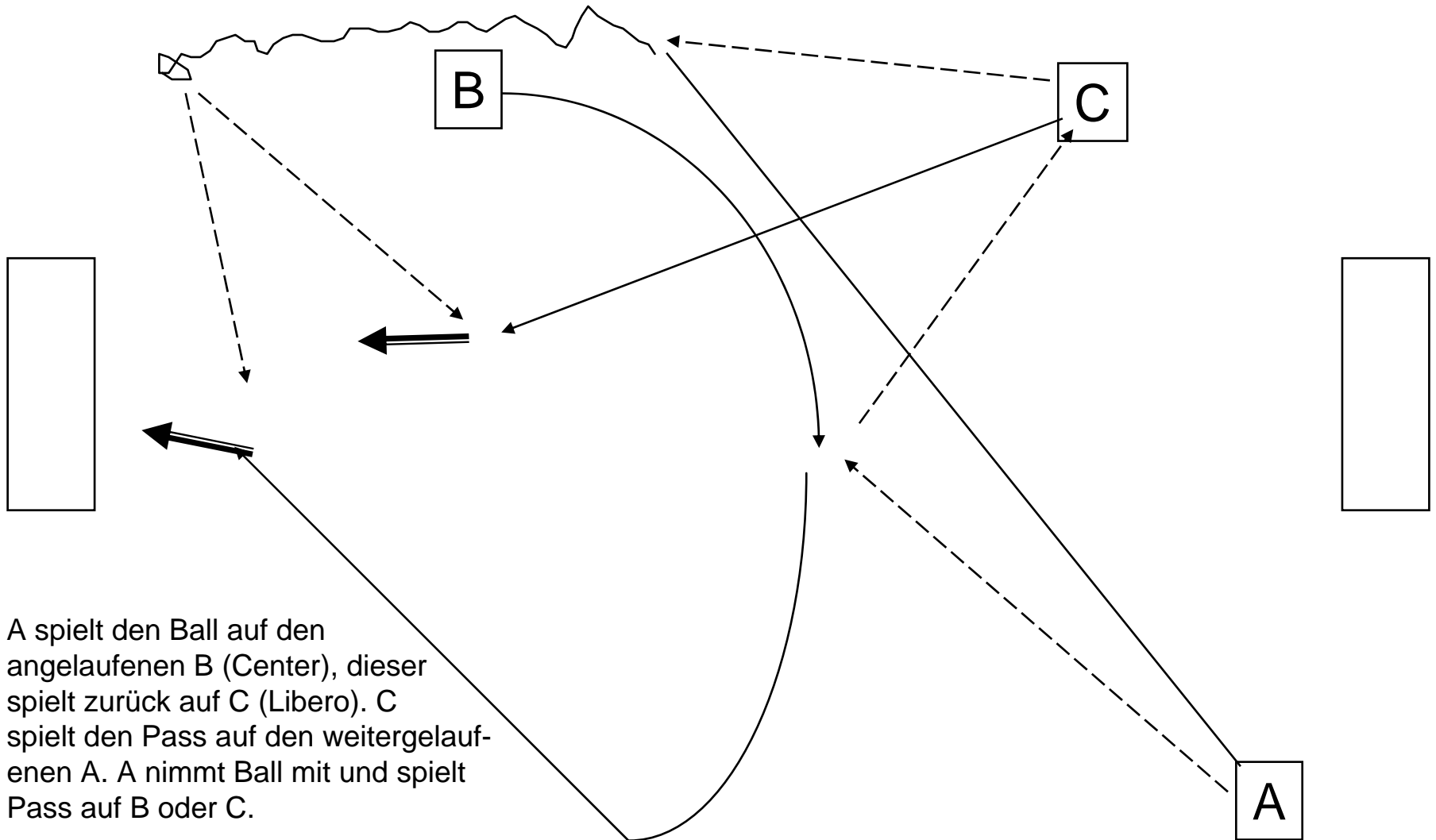
Wechsel: B-D-C

Goalieauswurf auf B, dieser schießt direkt C und D (mit Ball) laufen gleichzeitig an, 2-1



# Auslösung in Mitte

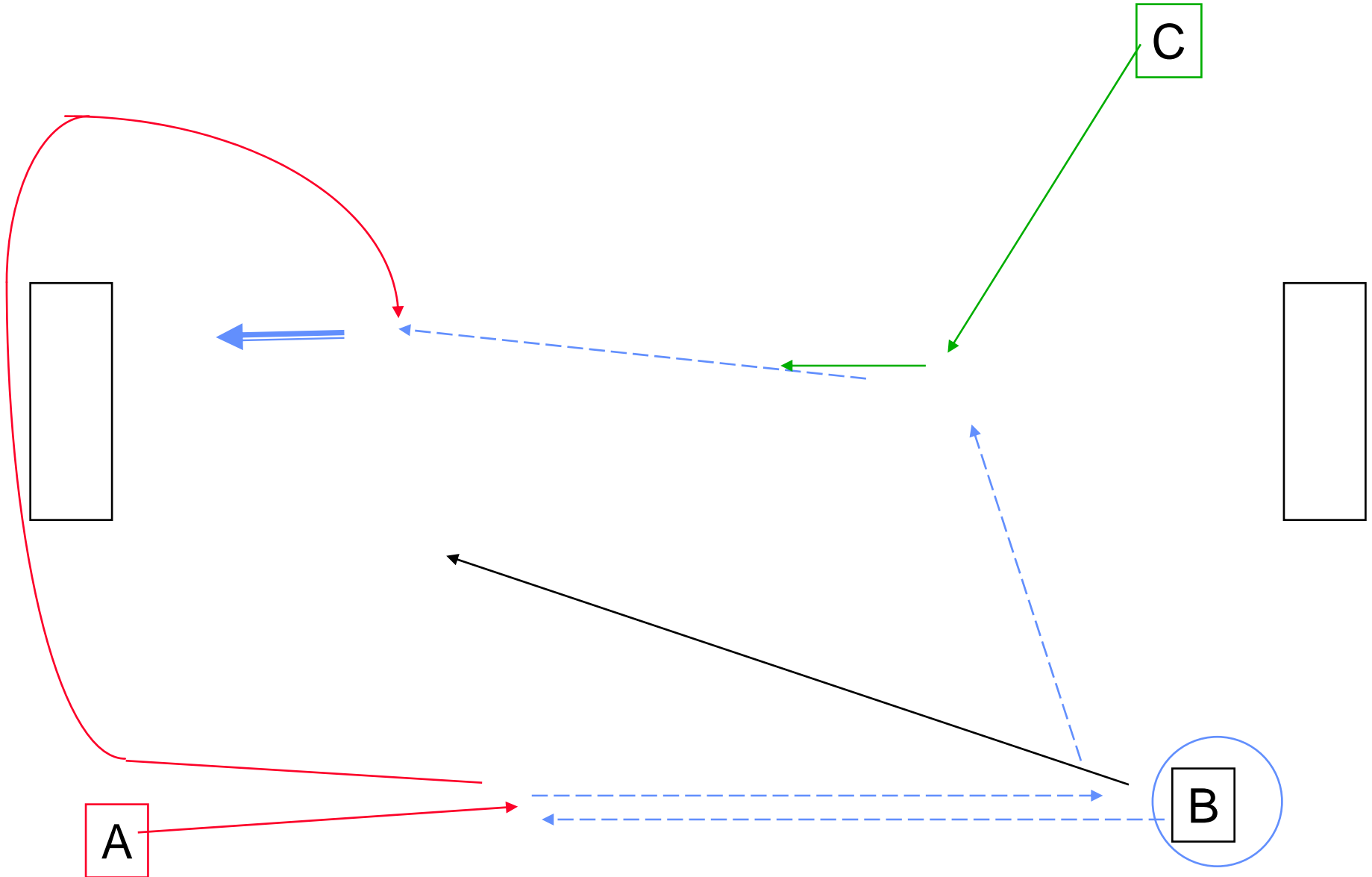
Wechsel: A-B-C



A spielt den Ball auf den angelaufenen B (Center), dieser spielt zurück auf C (Liberero). C spielt den Pass auf den weitergelaufenen A. A nimmt Ball mit und spielt Pass auf B oder C.

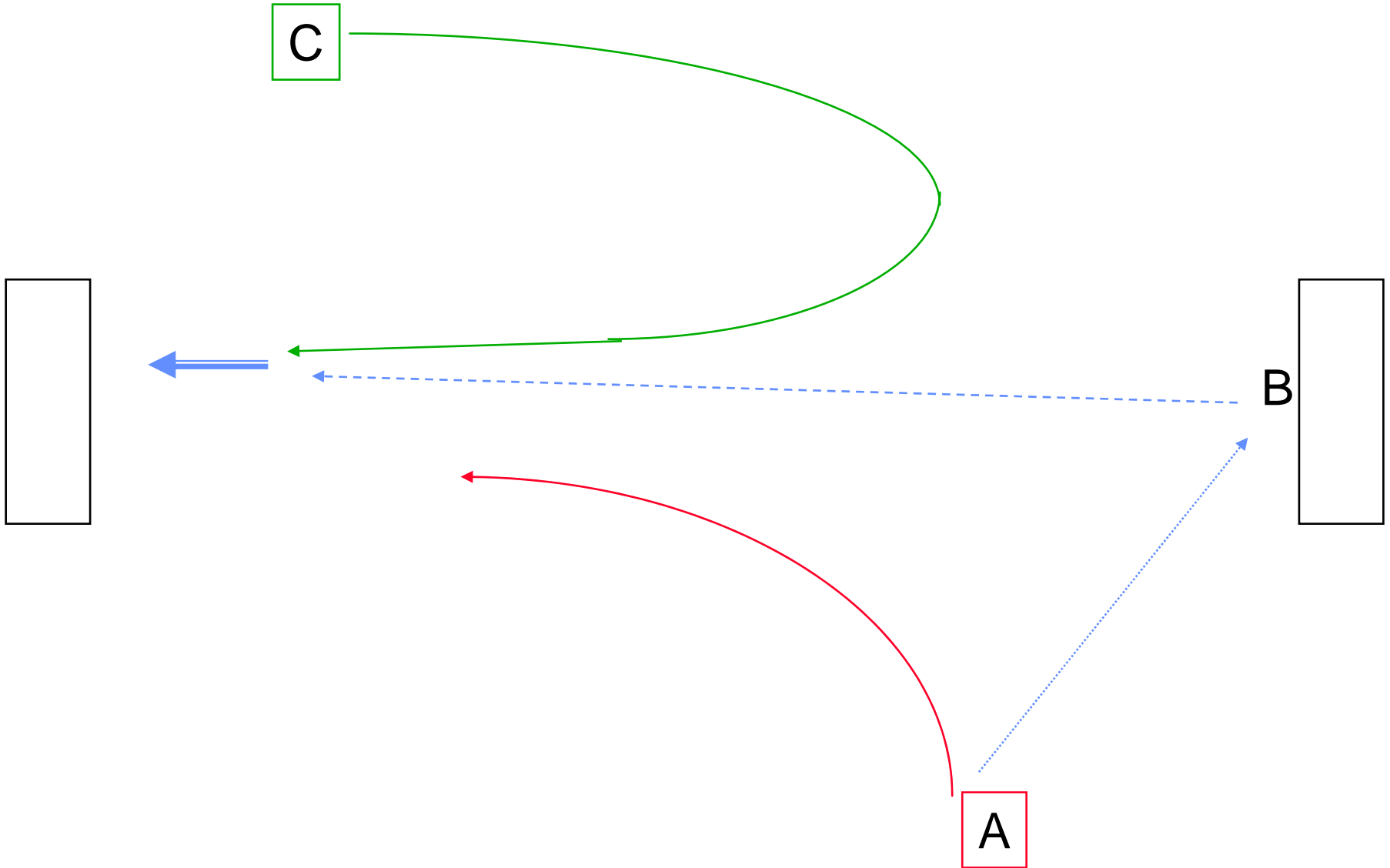
# Auslösung an Bande entlang mit Steilpass auf A, Direktschuss

Wechsel: A-B-C



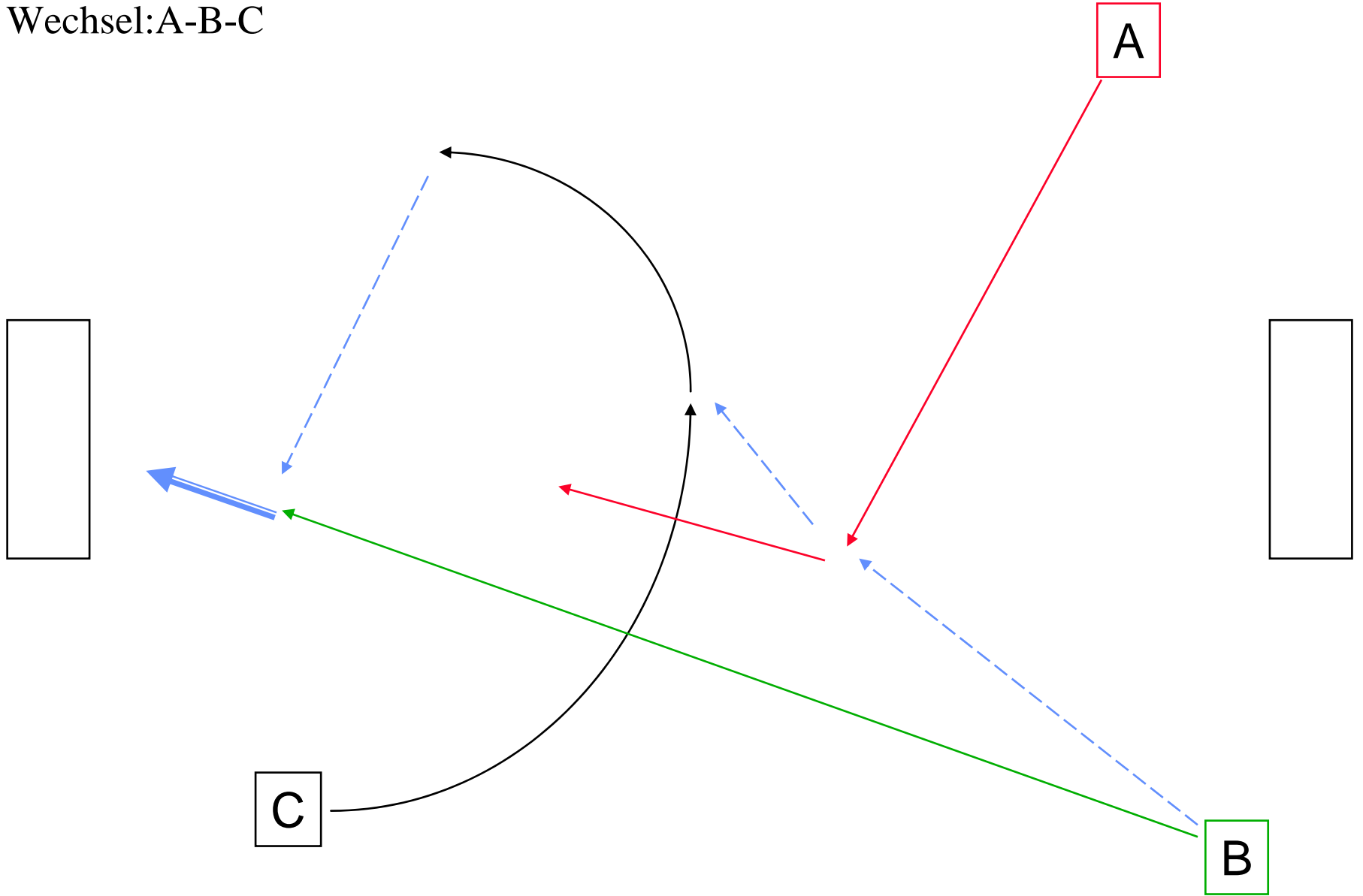
# Hoher Rückpass auf B, langer Auswurf auf C, A auf Abpraller

Wechsel: A - C

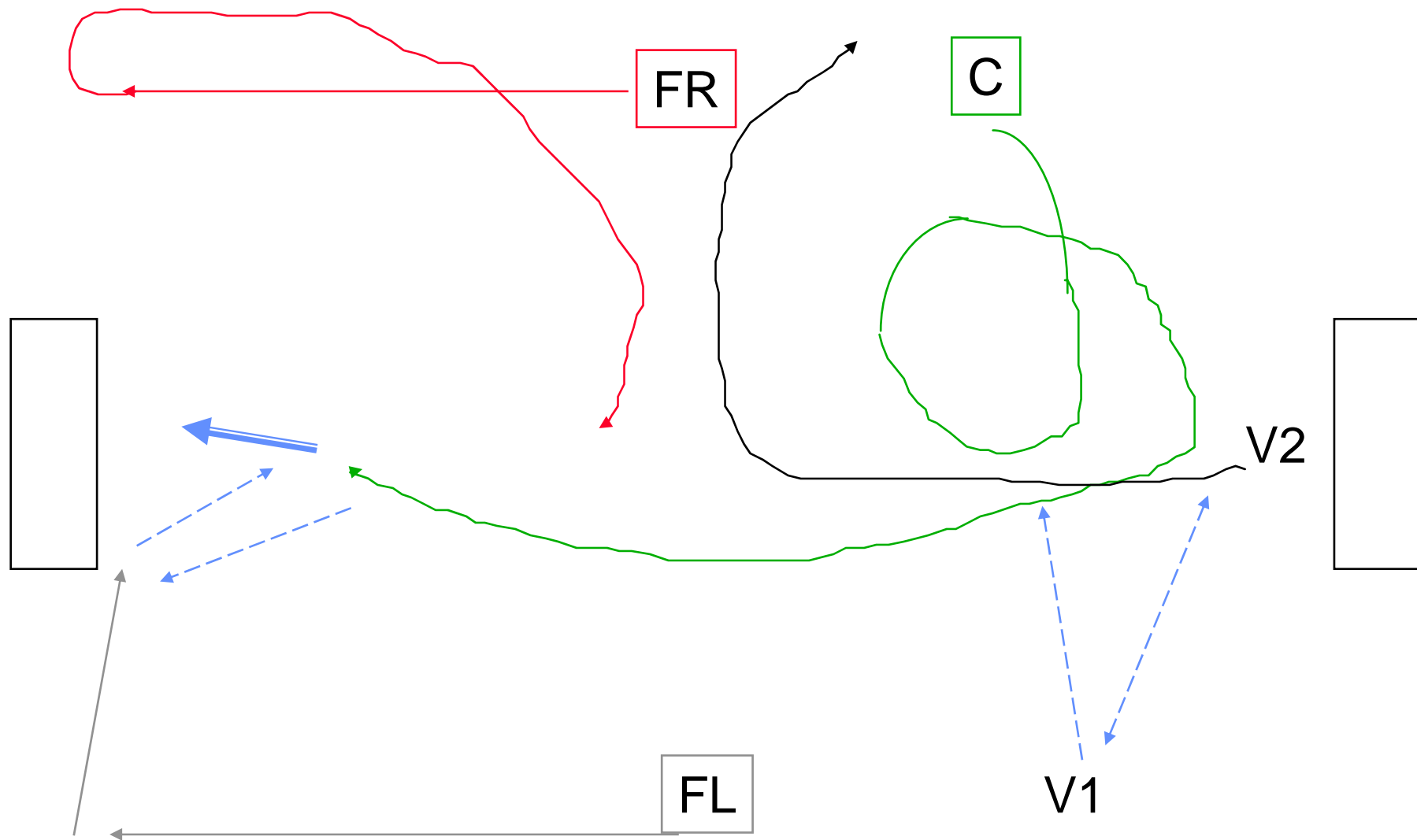


Auslösung durch B auf A, Rochade mit C (Temposteigerung), Pass auf B, Abschluss

Wechsel:A-B-C

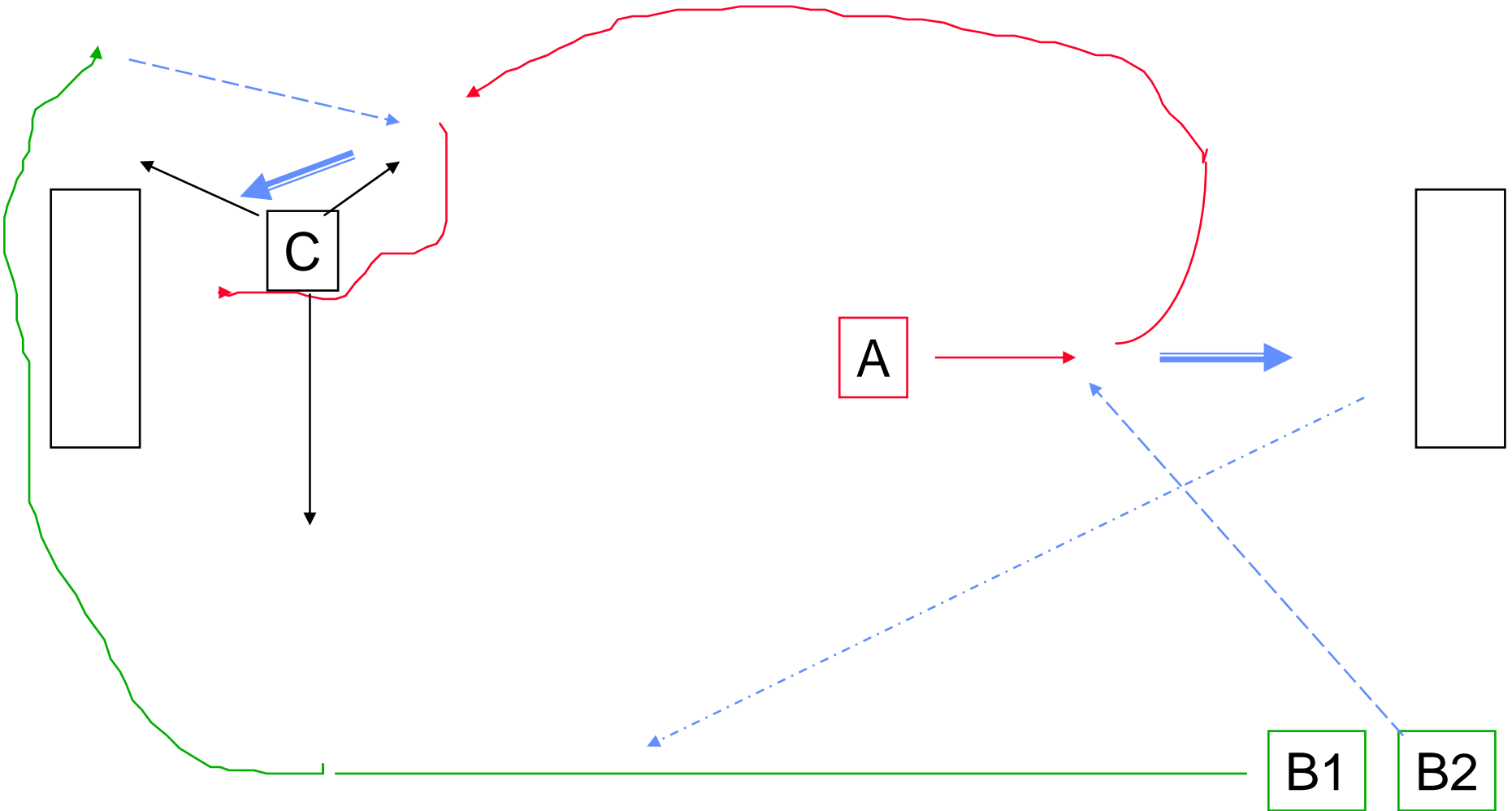


Auslösung: mit allen 5 Spieler (sehr genaues laufen mit Tempowechsel)



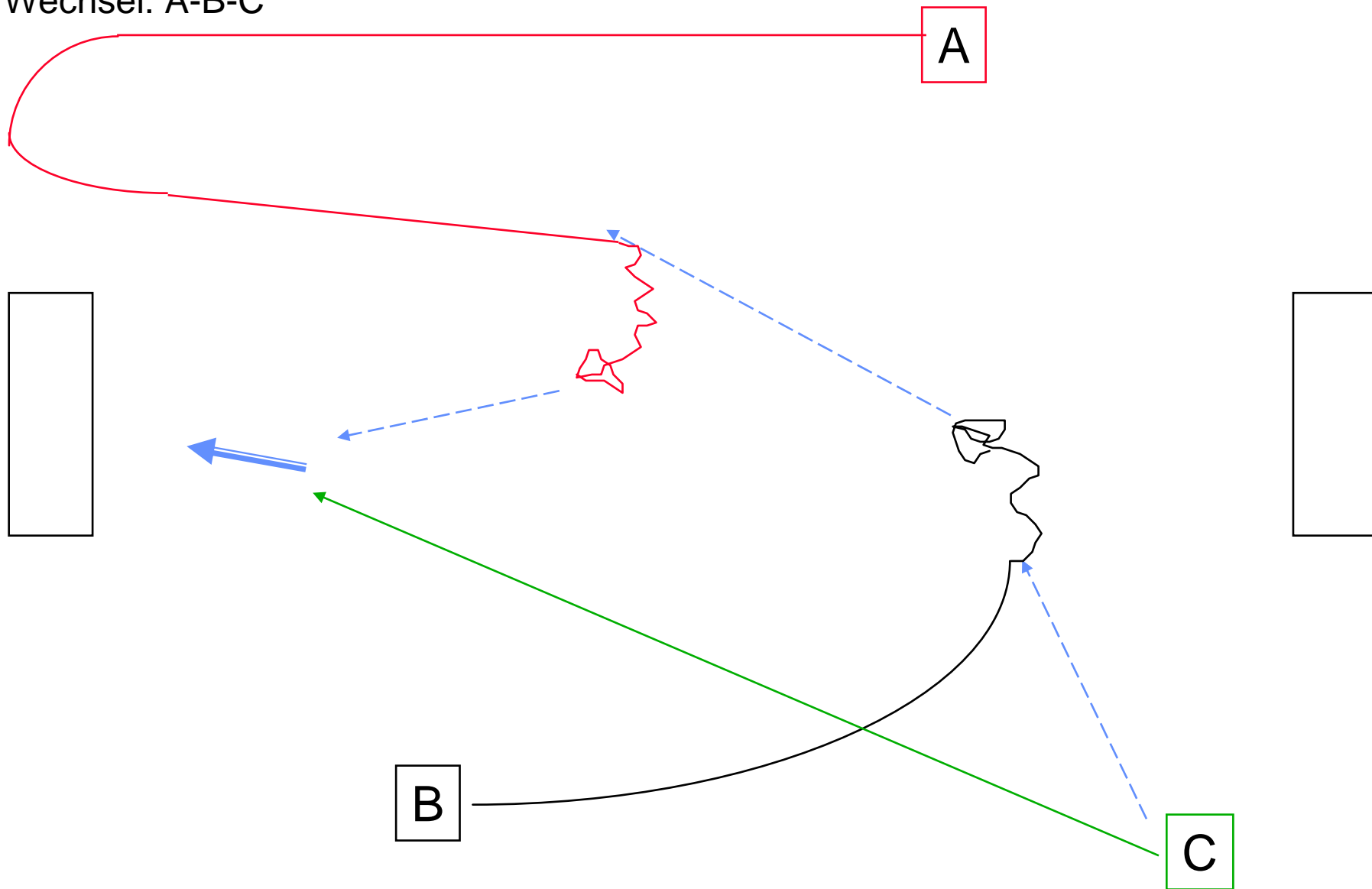
# Auswurf und Rückpass auf Verteidiger

Wechsel: A-B; C ist fest



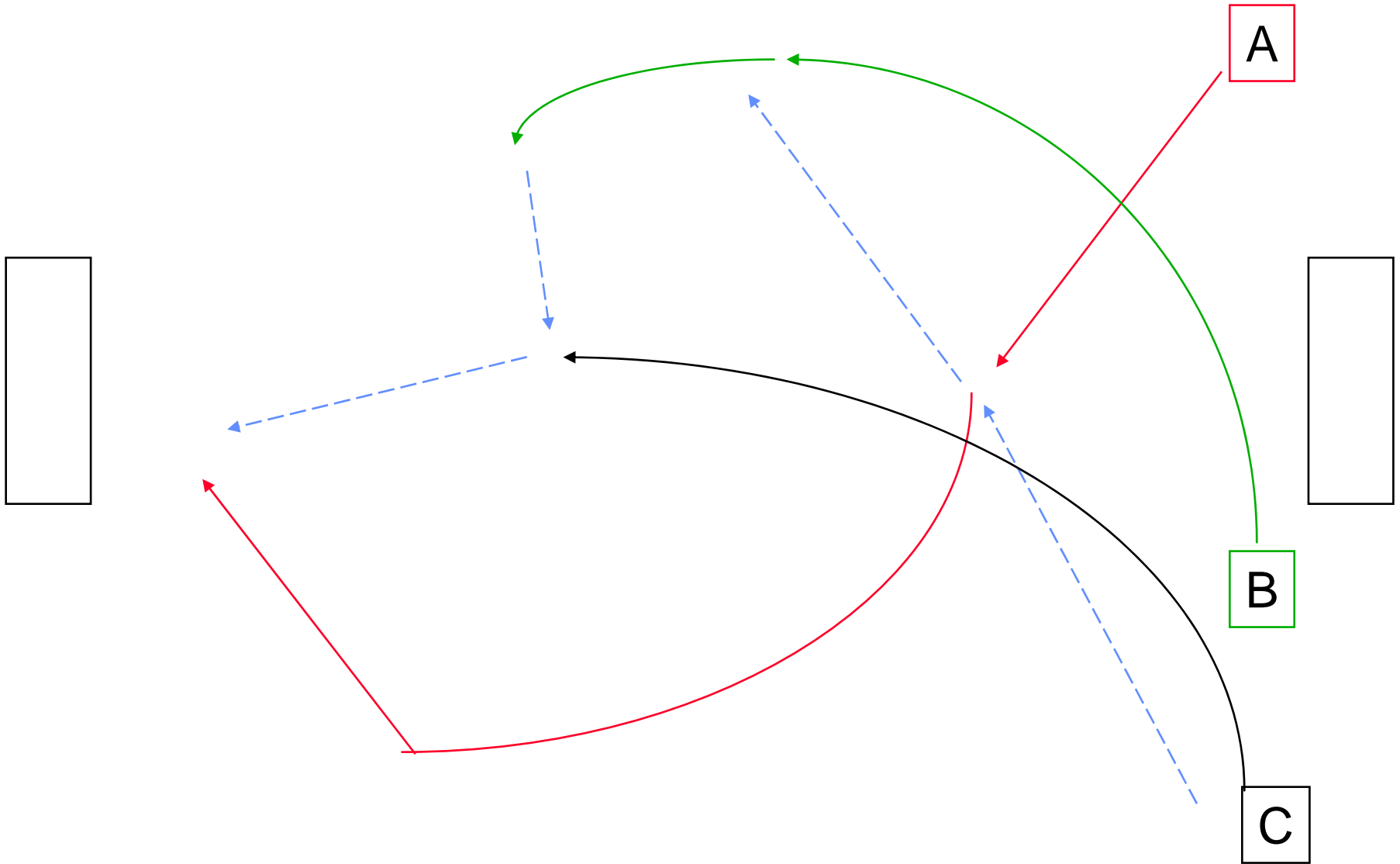
# Auslösung mit tief laufenden Flügel

Wechsel: A-B-C



# Auslösung über 3 Positionen

Wechsel:A-B-C

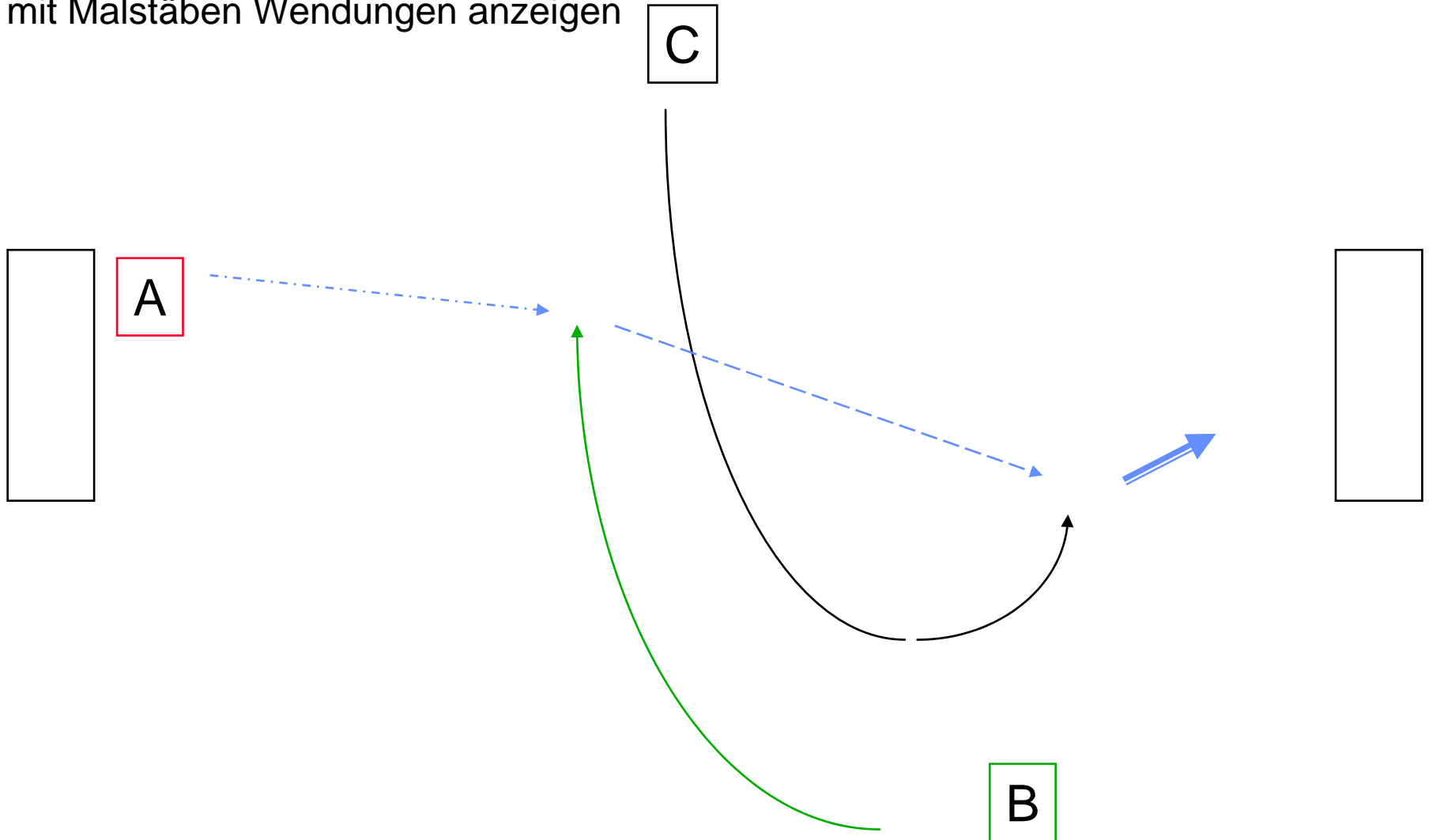




# Auslösung durch die Mitte mit Goalieauswurf

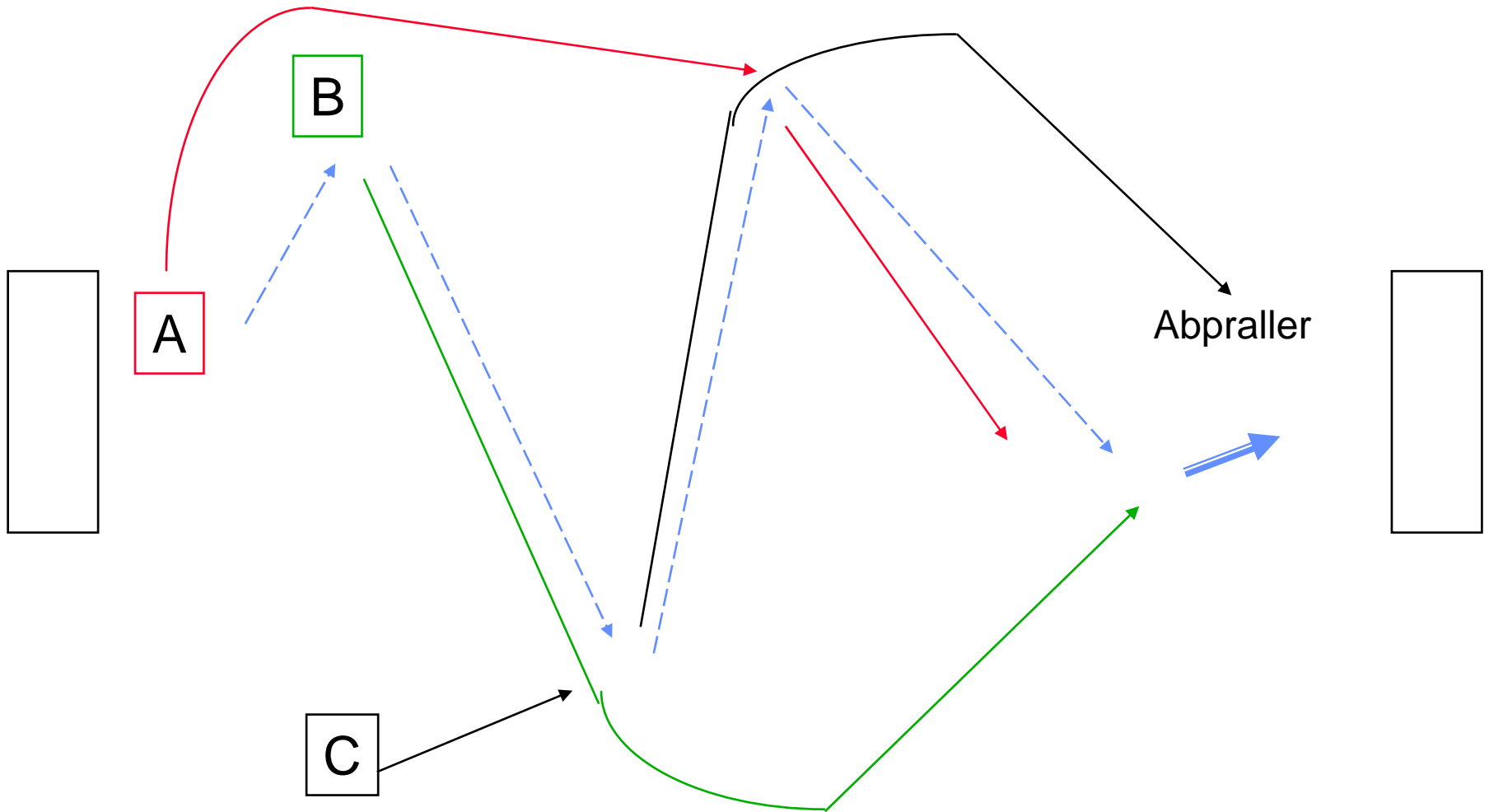
Wechsel: B-C

mit Malstäben Wendungen anzeigen



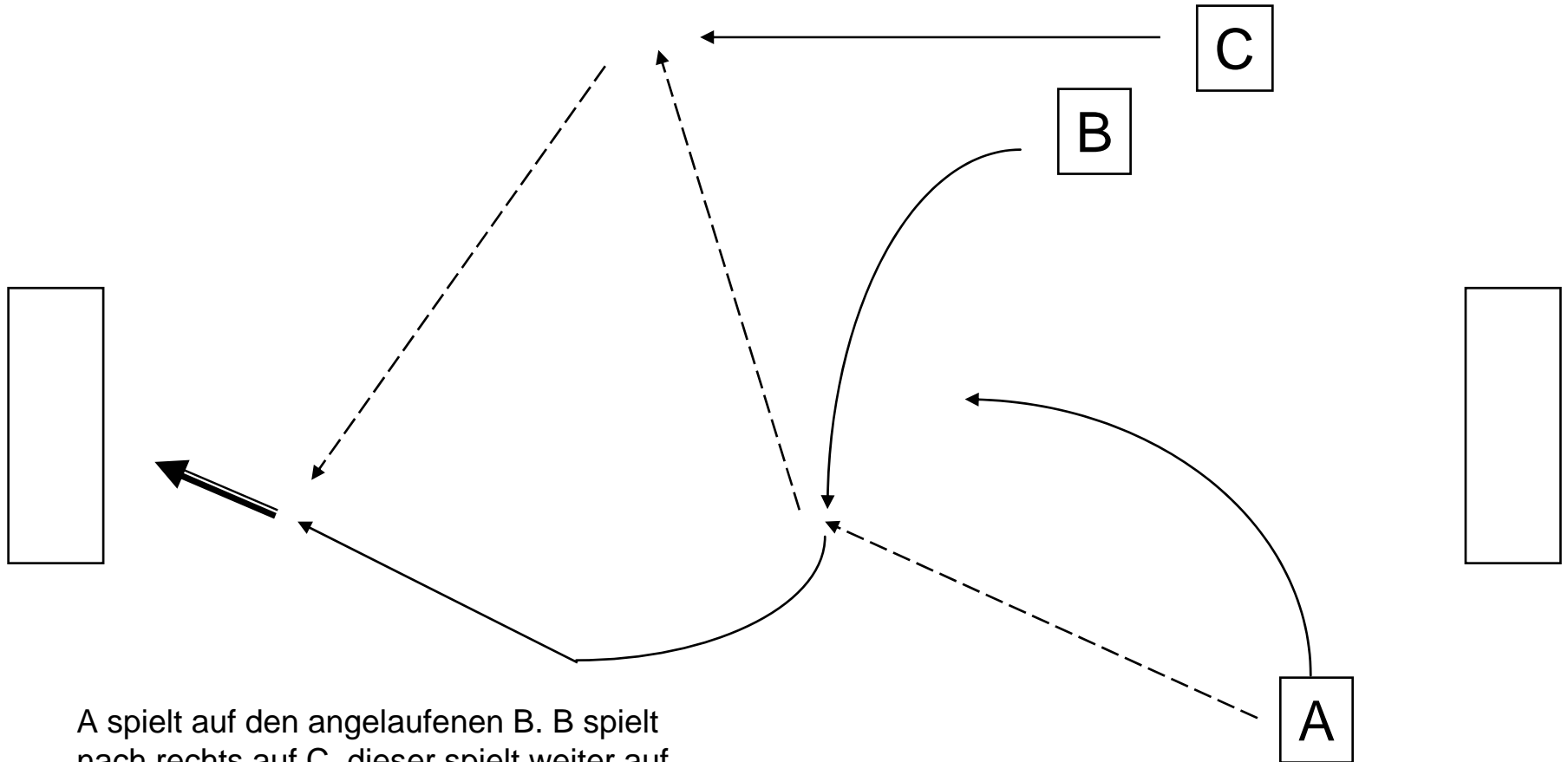
# Auslösung mit 3 Positionen (mit direktem Zug auf das Tor)

Wechsel:A-B-C



# Schnelle, direkte, mit Zug ausgeführte Auslösung

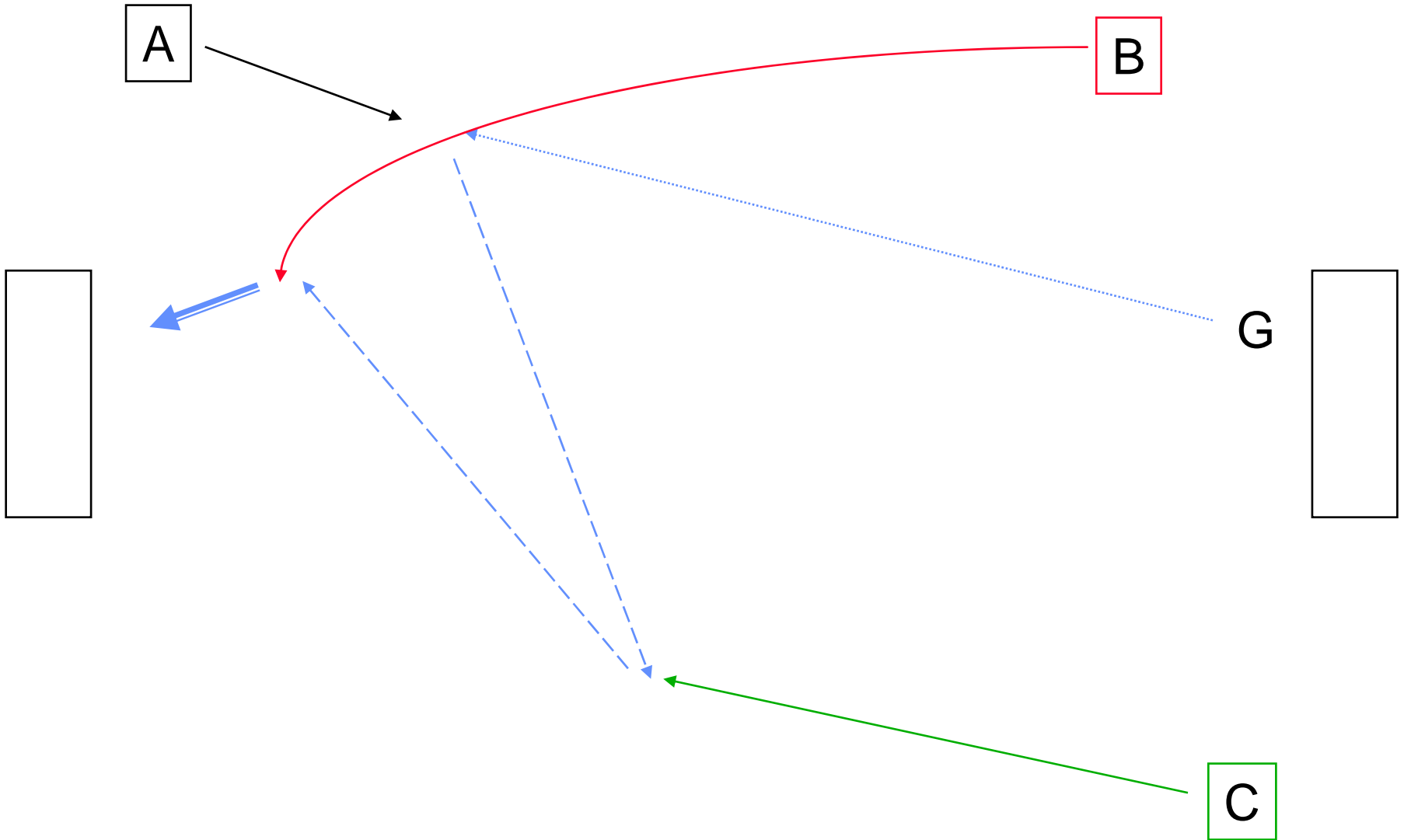
Wechsel:A-B-C



A spielt auf den angelaufenen B. B spielt nach rechts auf C, dieser spielt weiter auf B, Torabschluss

# Auslösung mit Auswurf und Direktspiel zum Abschluss. (mit Zug)

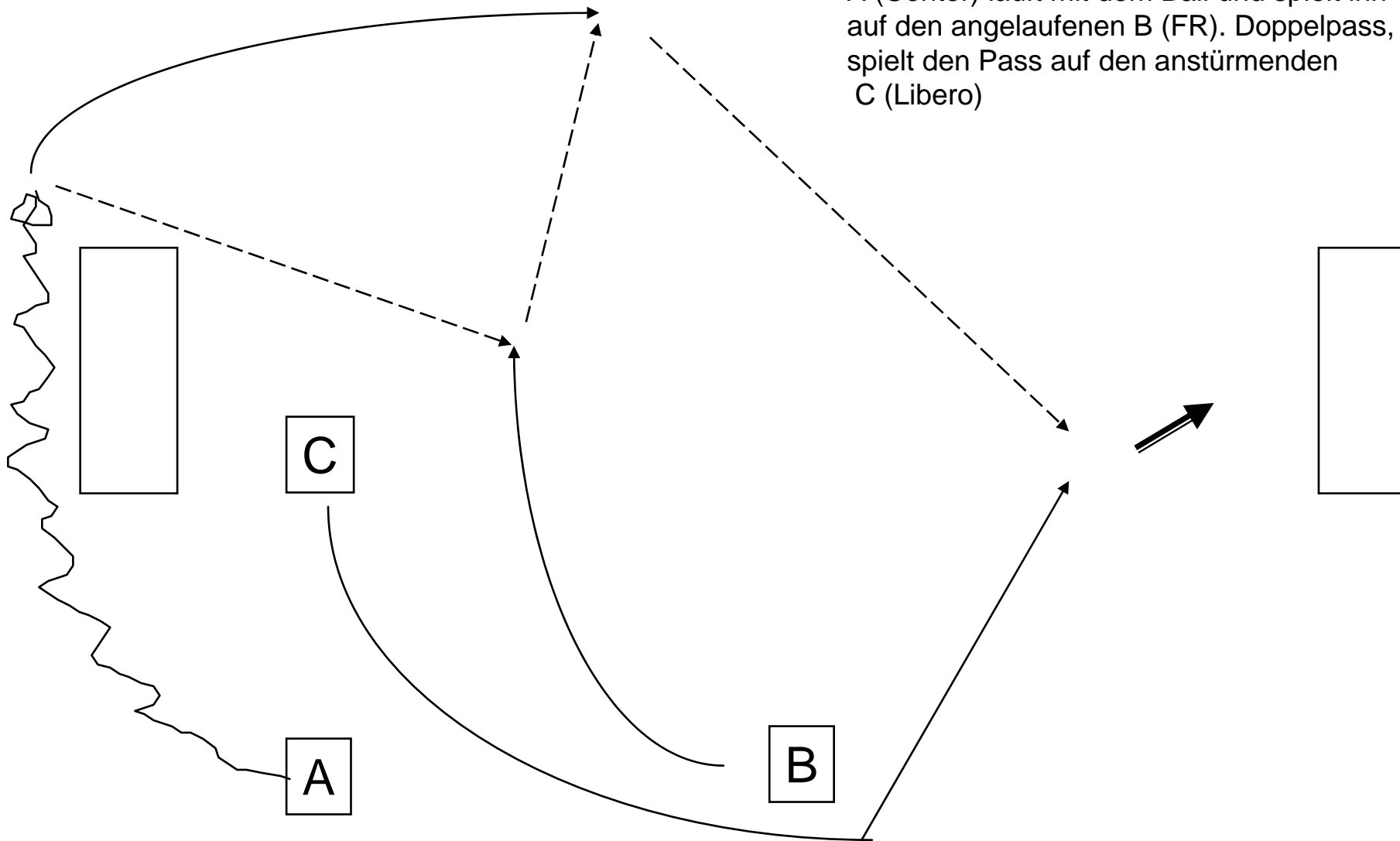
Wechsel:A-B-C



# Auslösung durch die Mitte mit Center und Libero

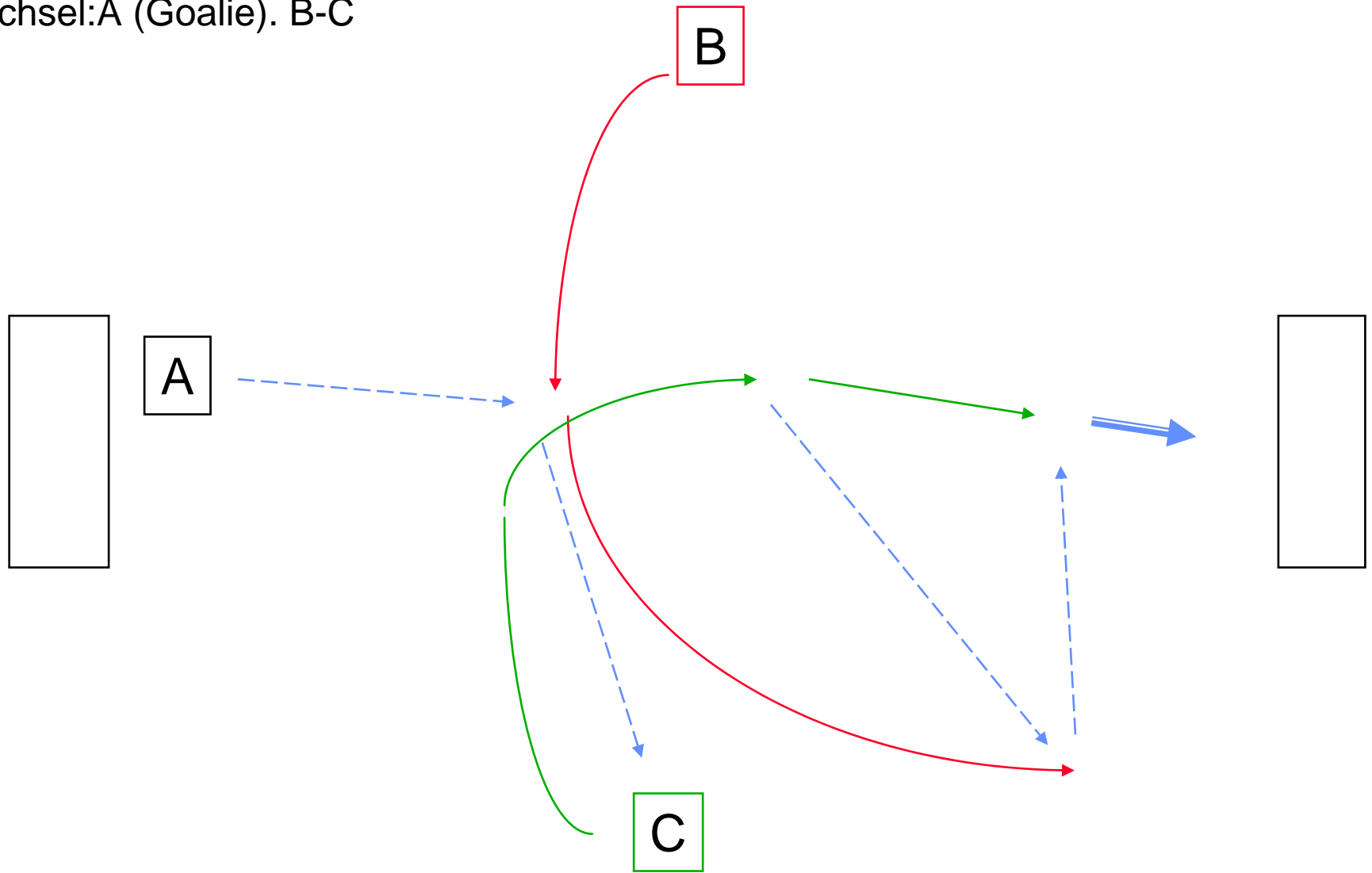
Wechsel:A-B-C

A (Center) läuft mit dem Ball und spielt ihn auf den angelaufenen B (FR). Doppelpass, A spielt den Pass auf den anstürmenden C (Libero)

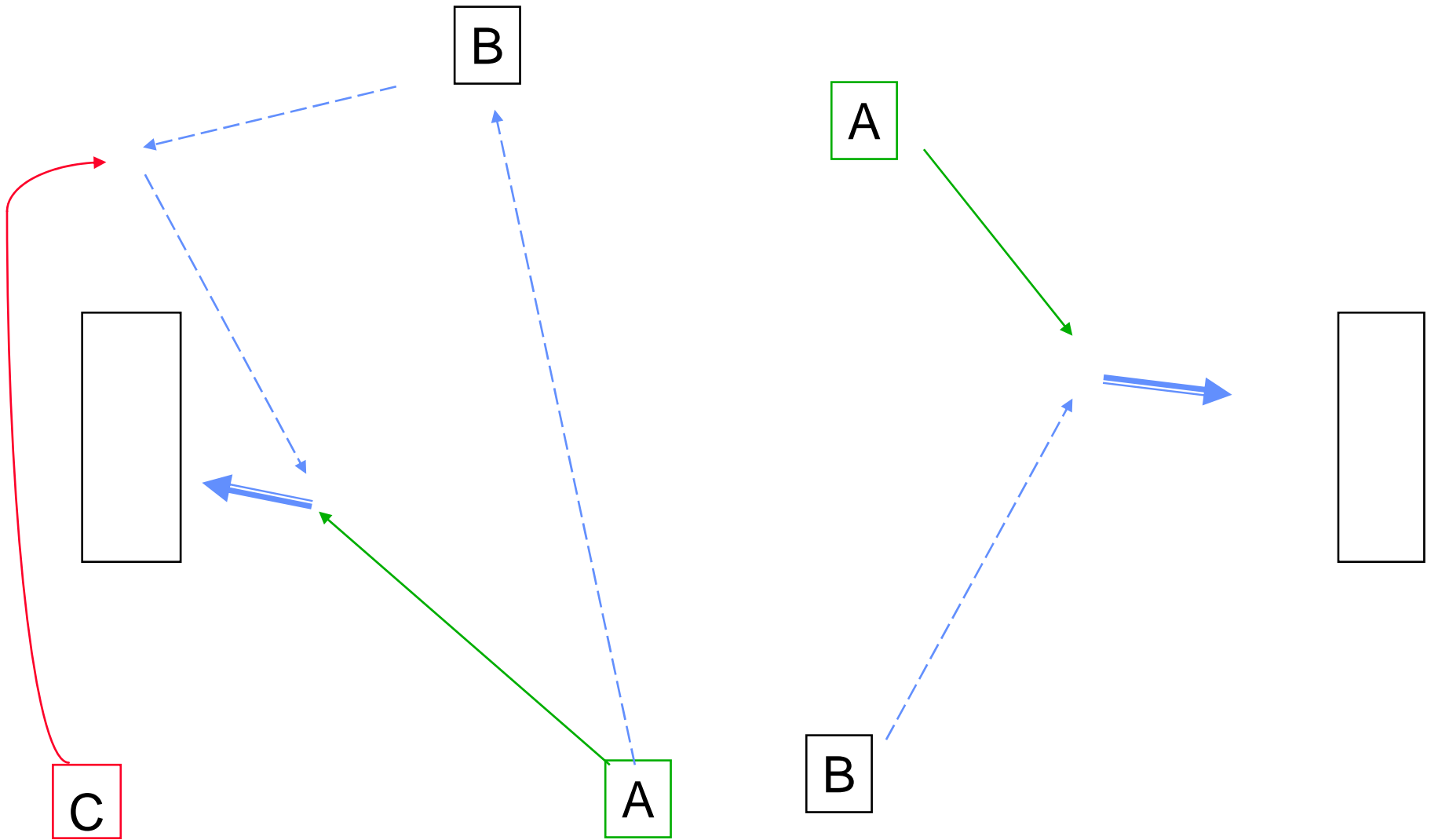


# Auslösung durch die Mitte, mit Zug auf das Tor

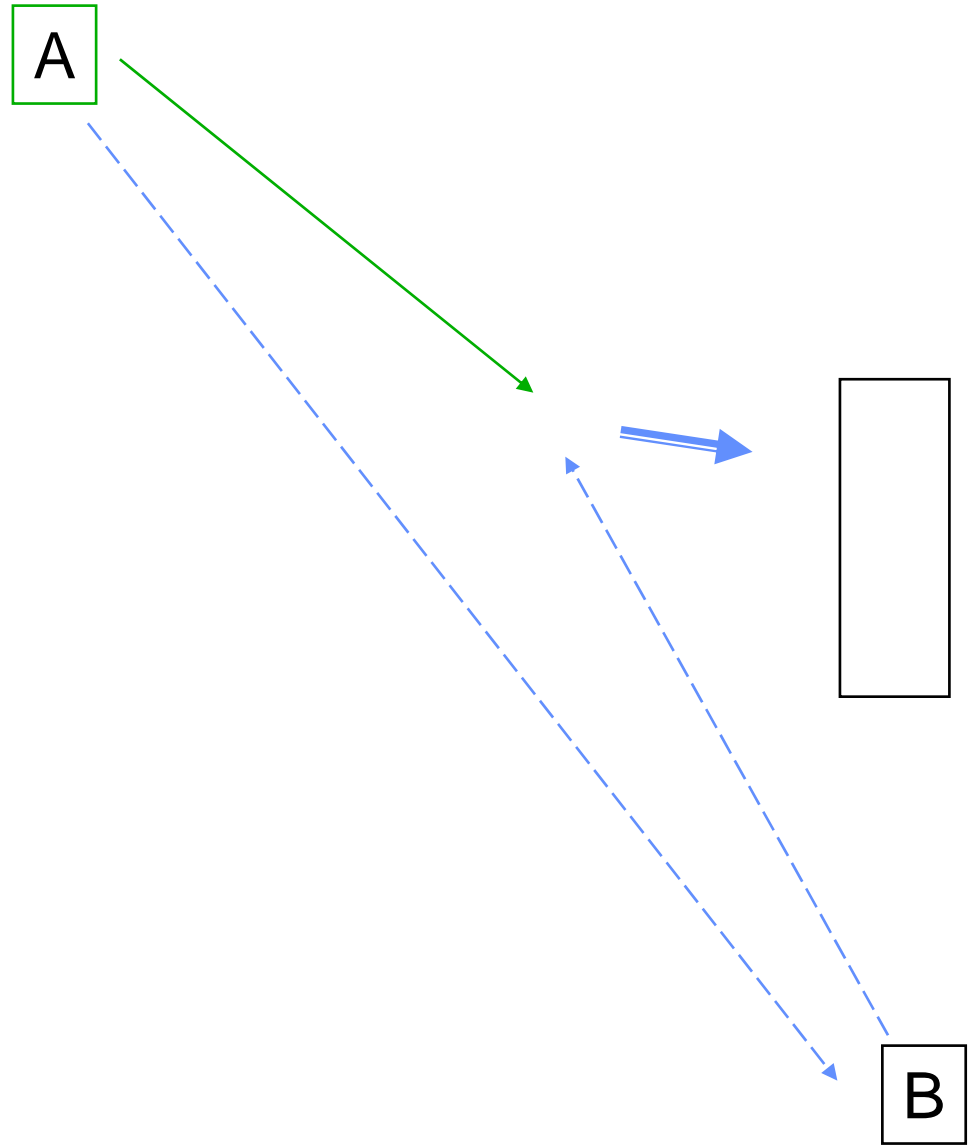
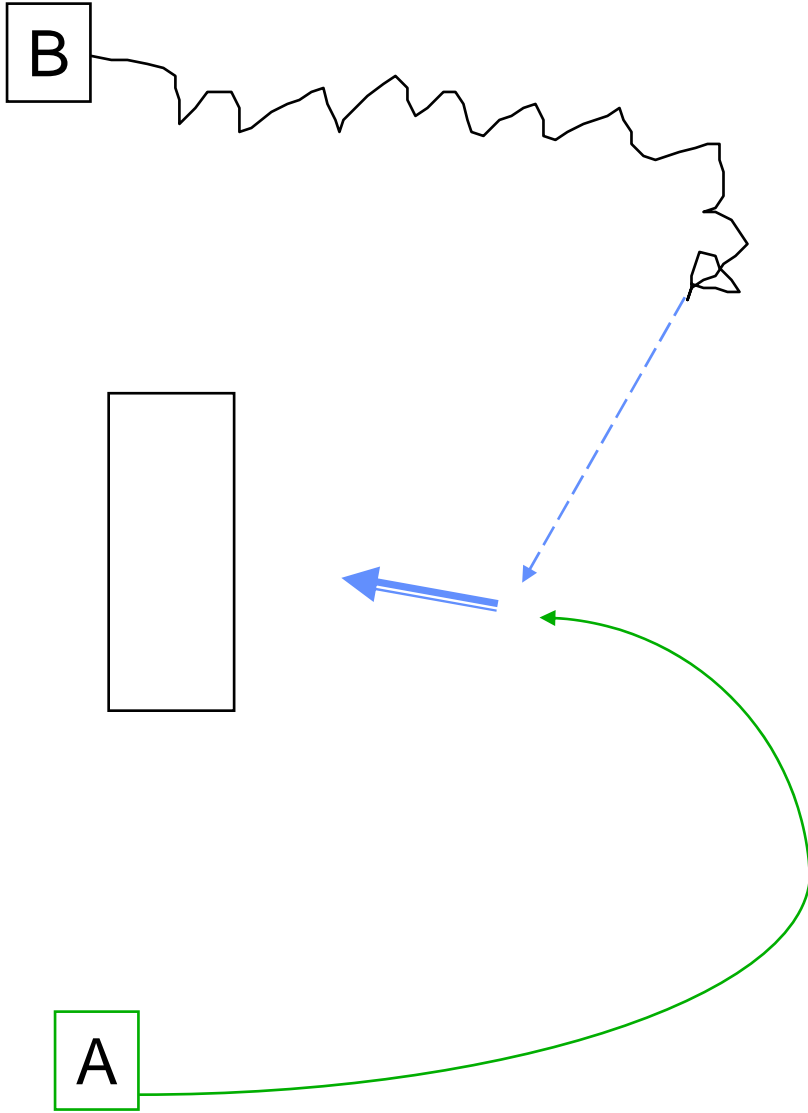
Wechsel:A (Goalie). B-C



# Schussübungen alle direkt

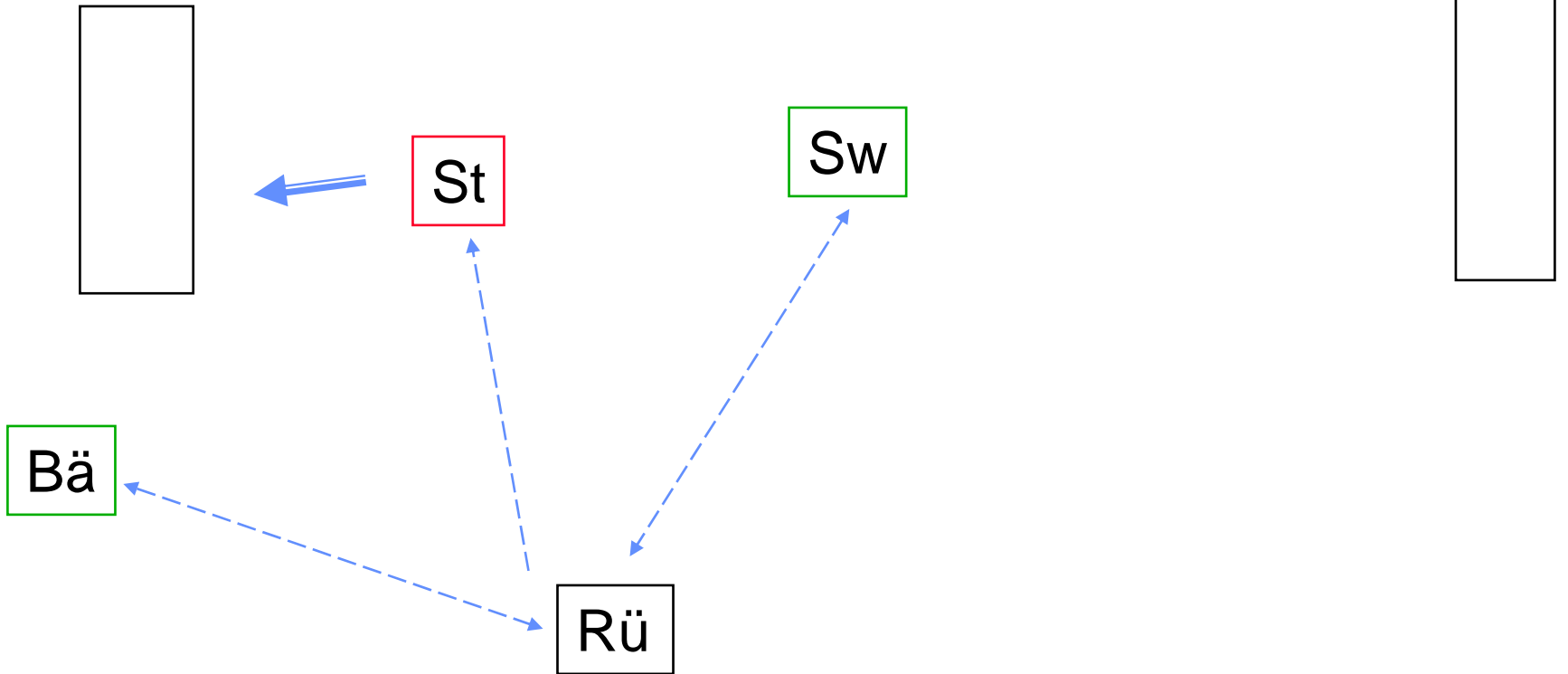


# Schussübungen alle direkt

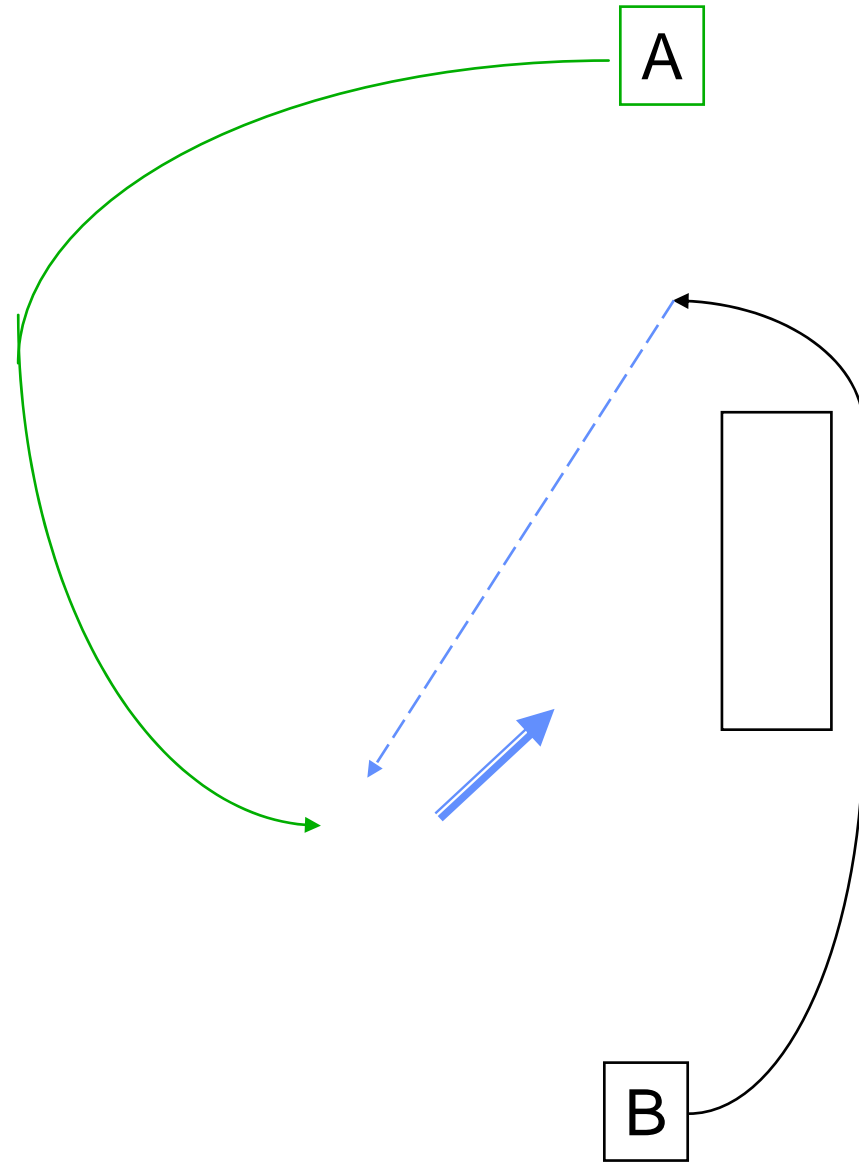
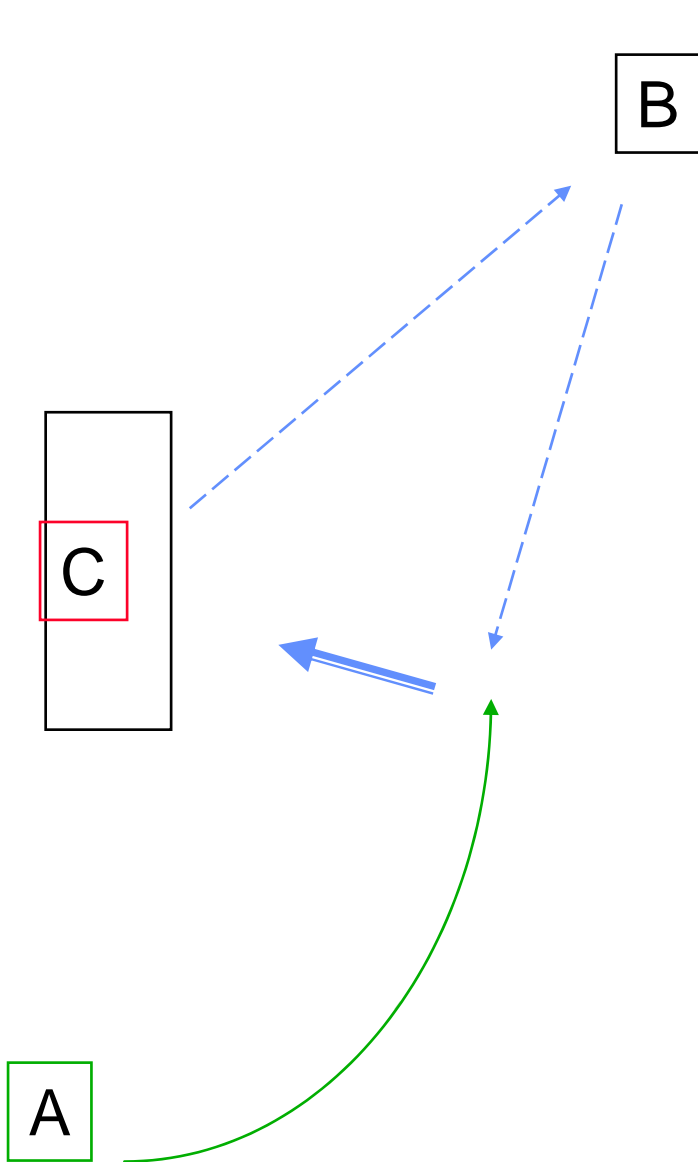


# Powerplayvariante Zäziwil

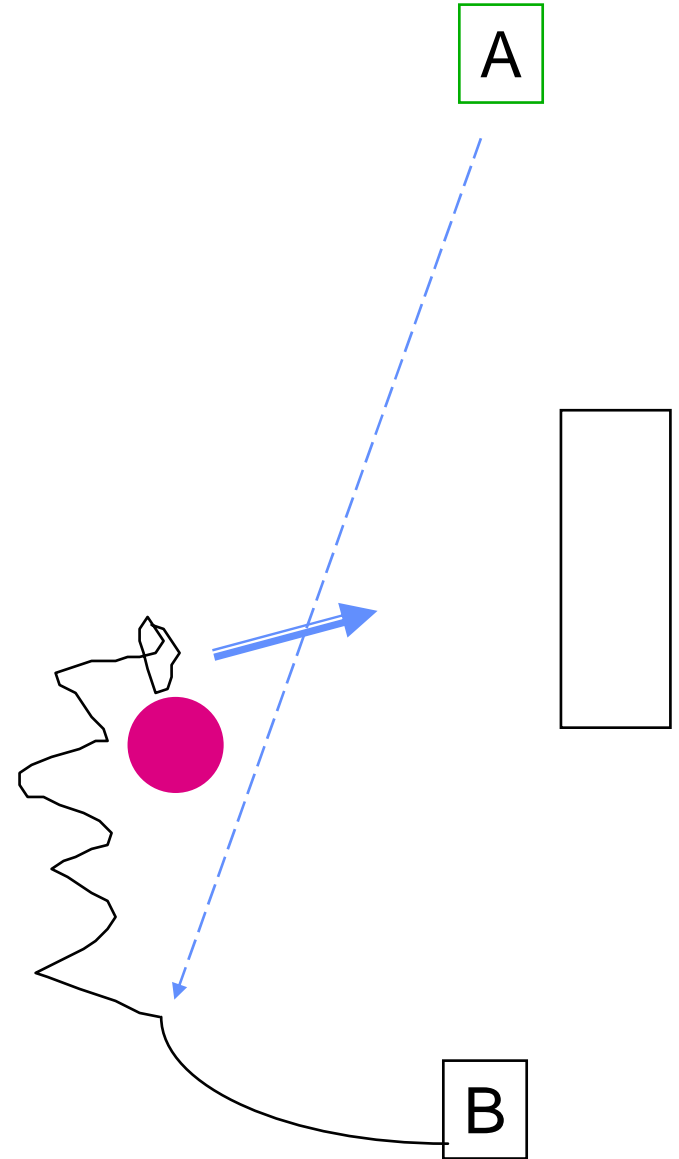
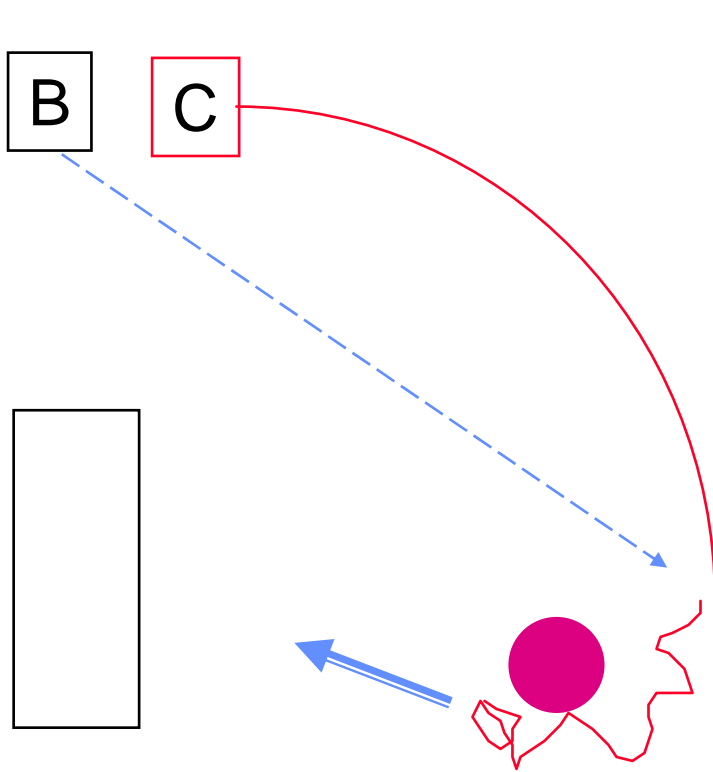
Lü



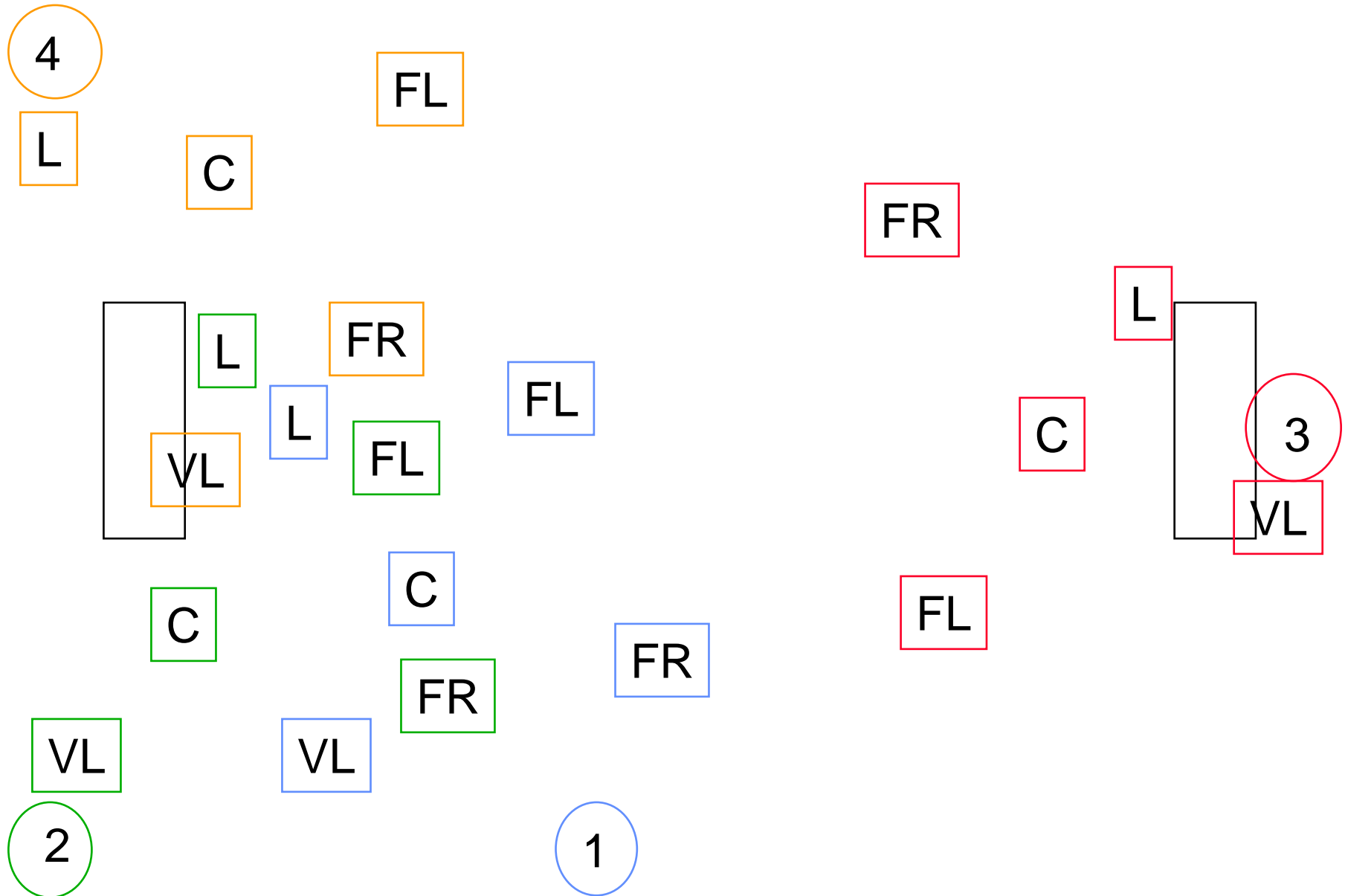
# Schussübungen alle direkt



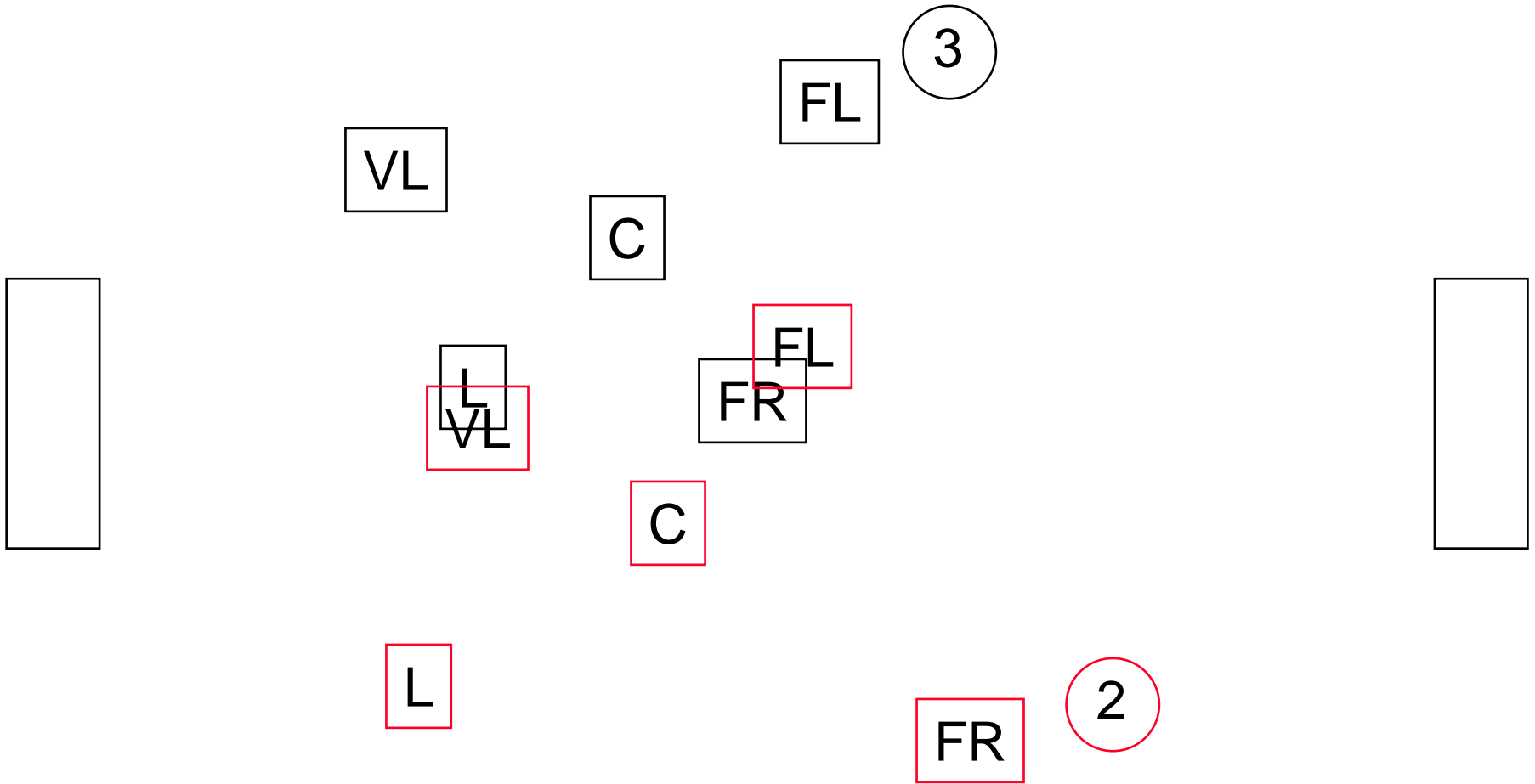
# Schussübungen: Drehschuss



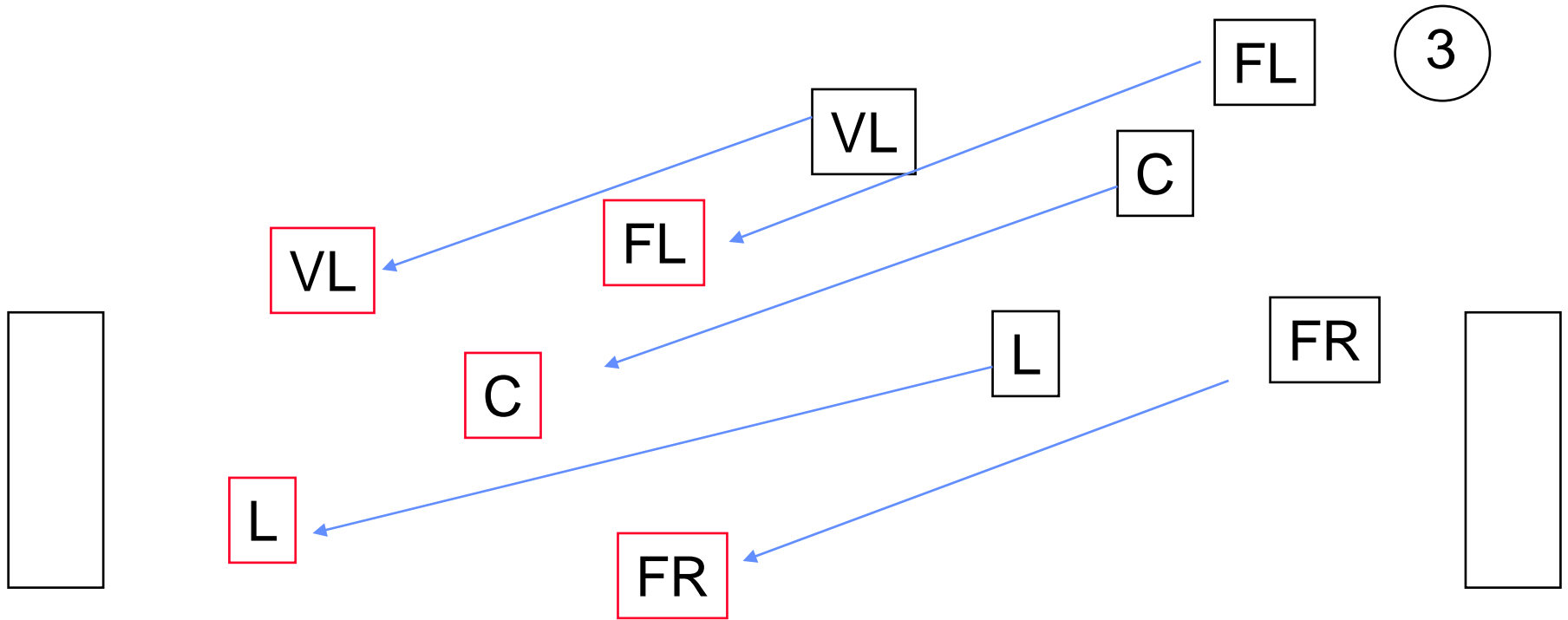
# Taktik, Def. Verhalten bei verschiedene gegnerischen Ballstandorten



Taktik, def. Verhalten bei gegnerischen Ballstandorte (steuern) über die Aussenbahn

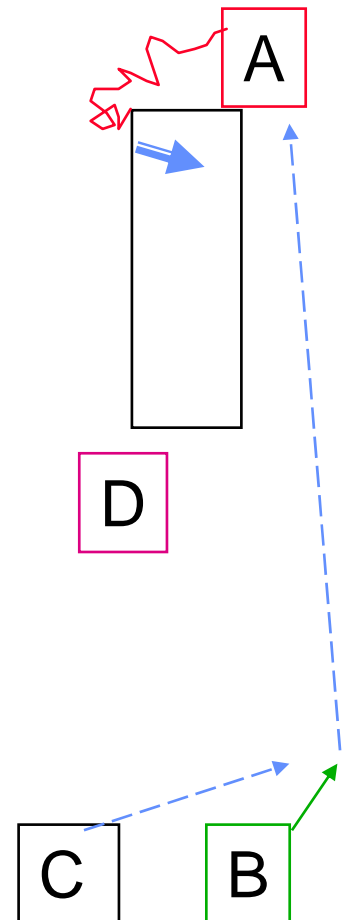
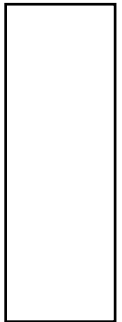


Taktik, backchecking nach Ballverlust in gegn. Ecke, sofort tief zurückziehen  
Positionen einnehmen und def. Verhalten einnehmen



# Standard: Ecke

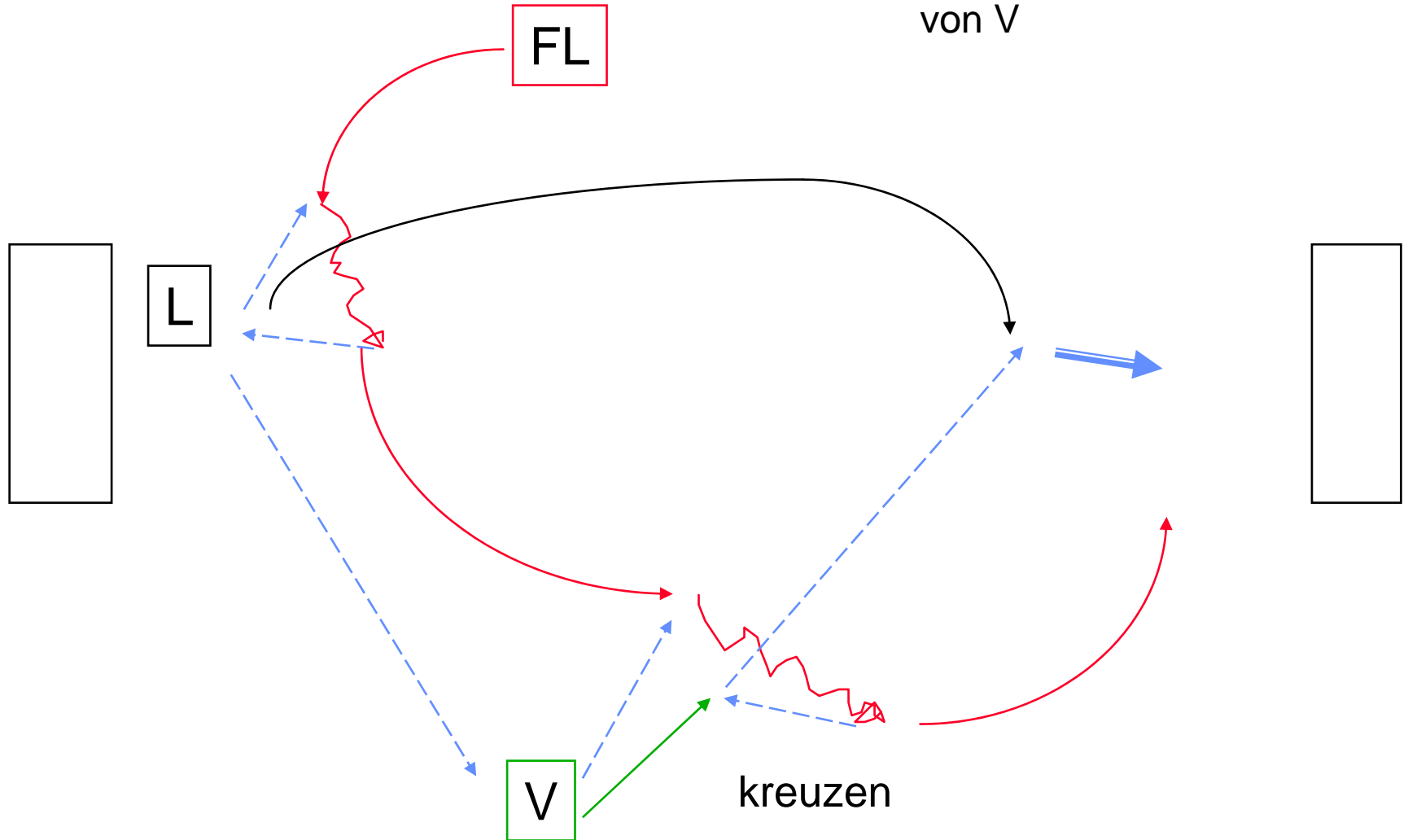
Wenn die Ecke von der rechten Seite gespielt wird, muss A ein rechts Spielender sein. Von links, ein links Spielender. A nimmt Ball nur kurz mit. Der Pass von B auf A muss sehr scharf und genau sein. D verdeckt die Sicht zum Torhüter.



# Auslösung durch die Mitte, mit Zug auf das Tor

Wechsel: L-V-FL

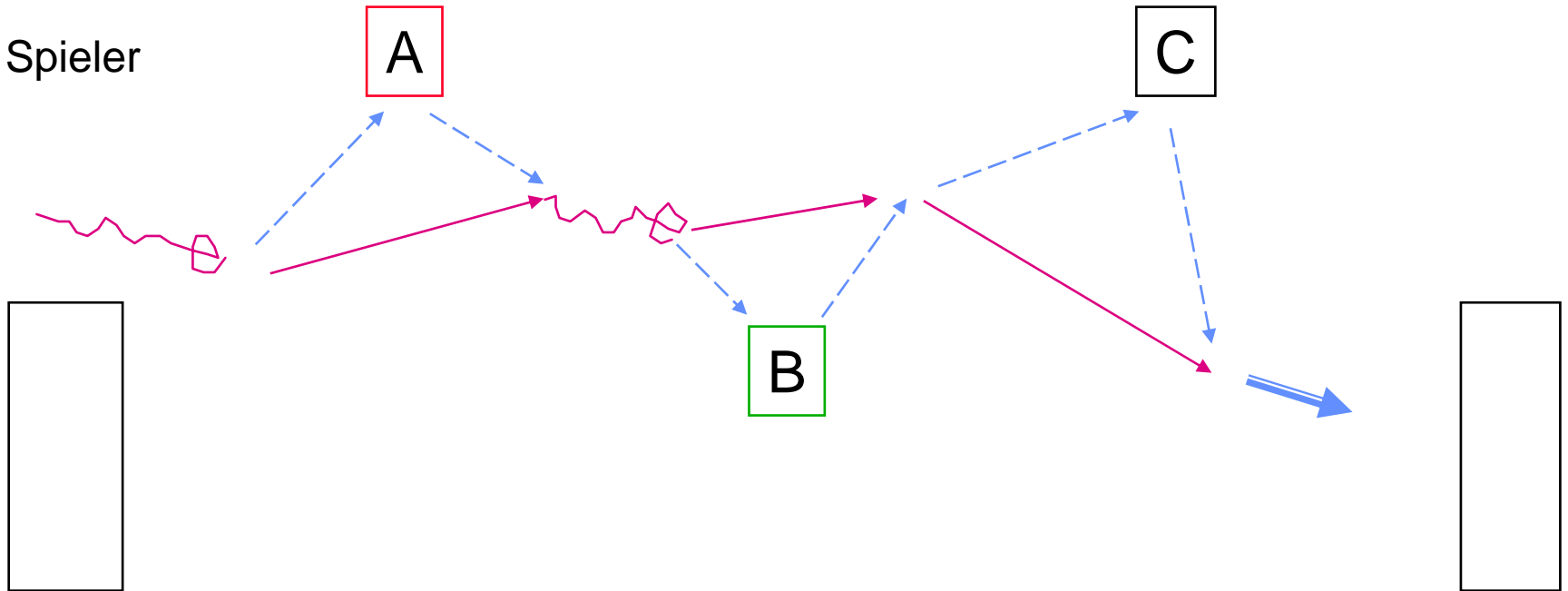
FL läuft an, bekommt Pass von V



# Direktpass

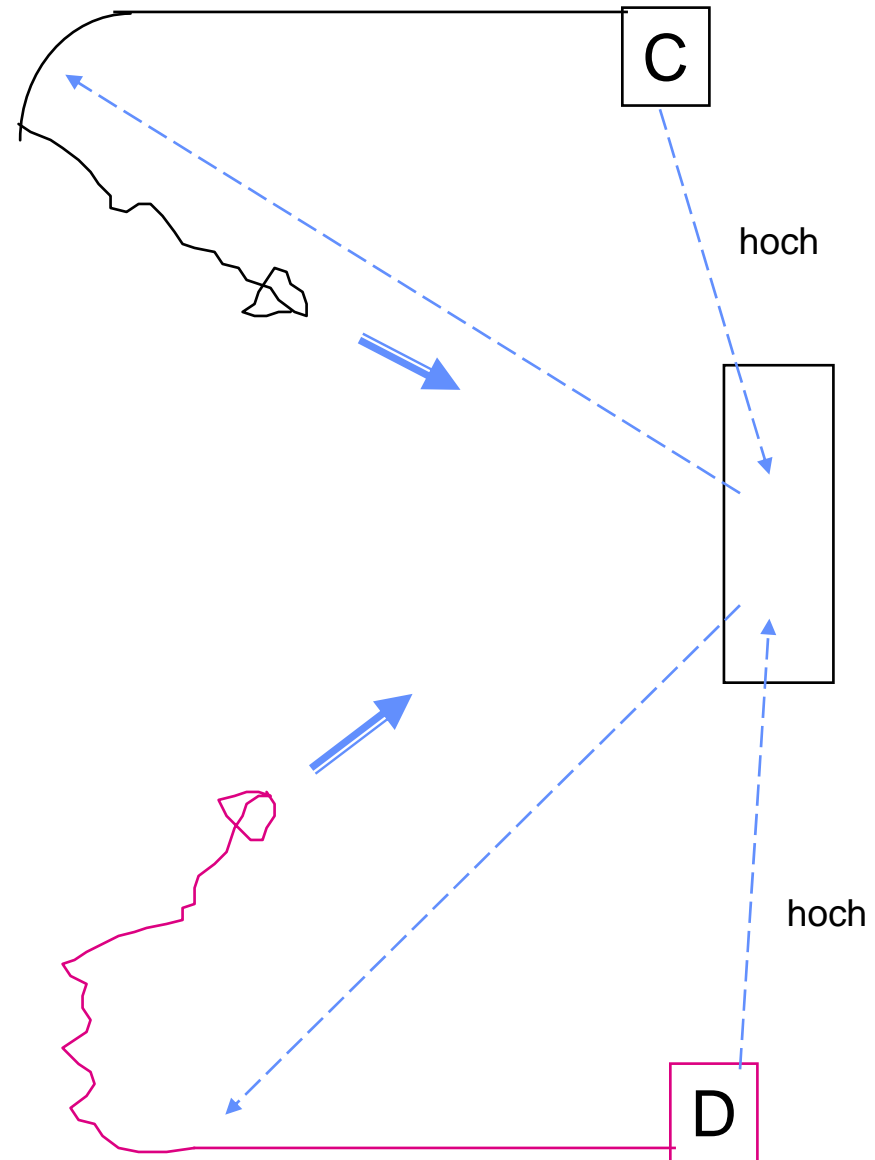
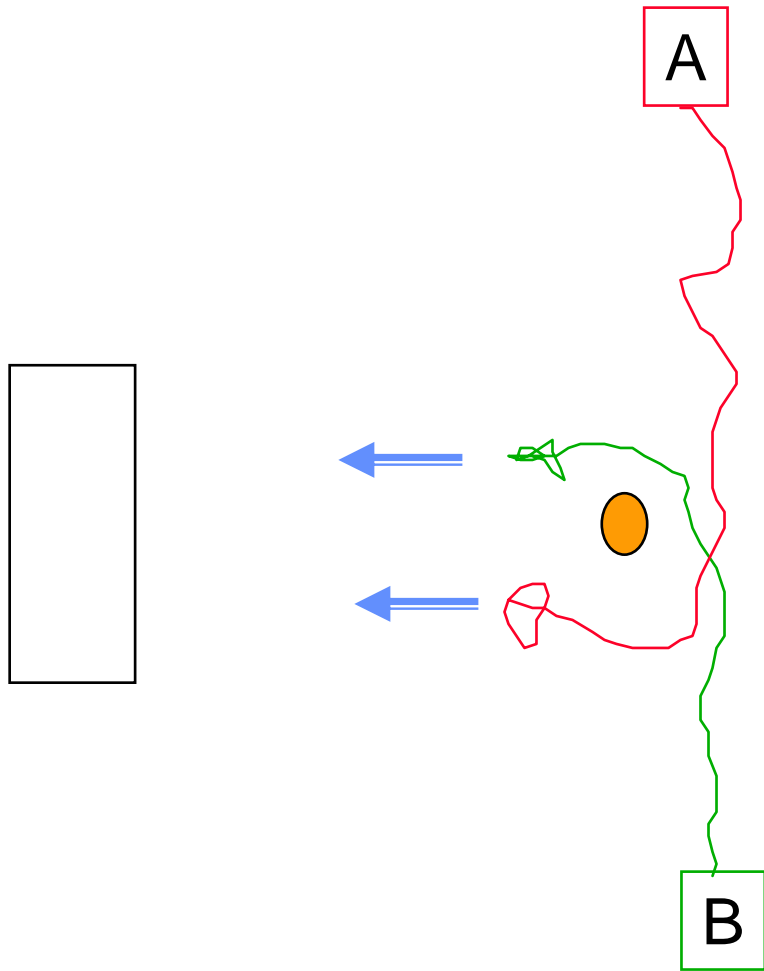
Wechsel: L-V-FL

Alle Spieler

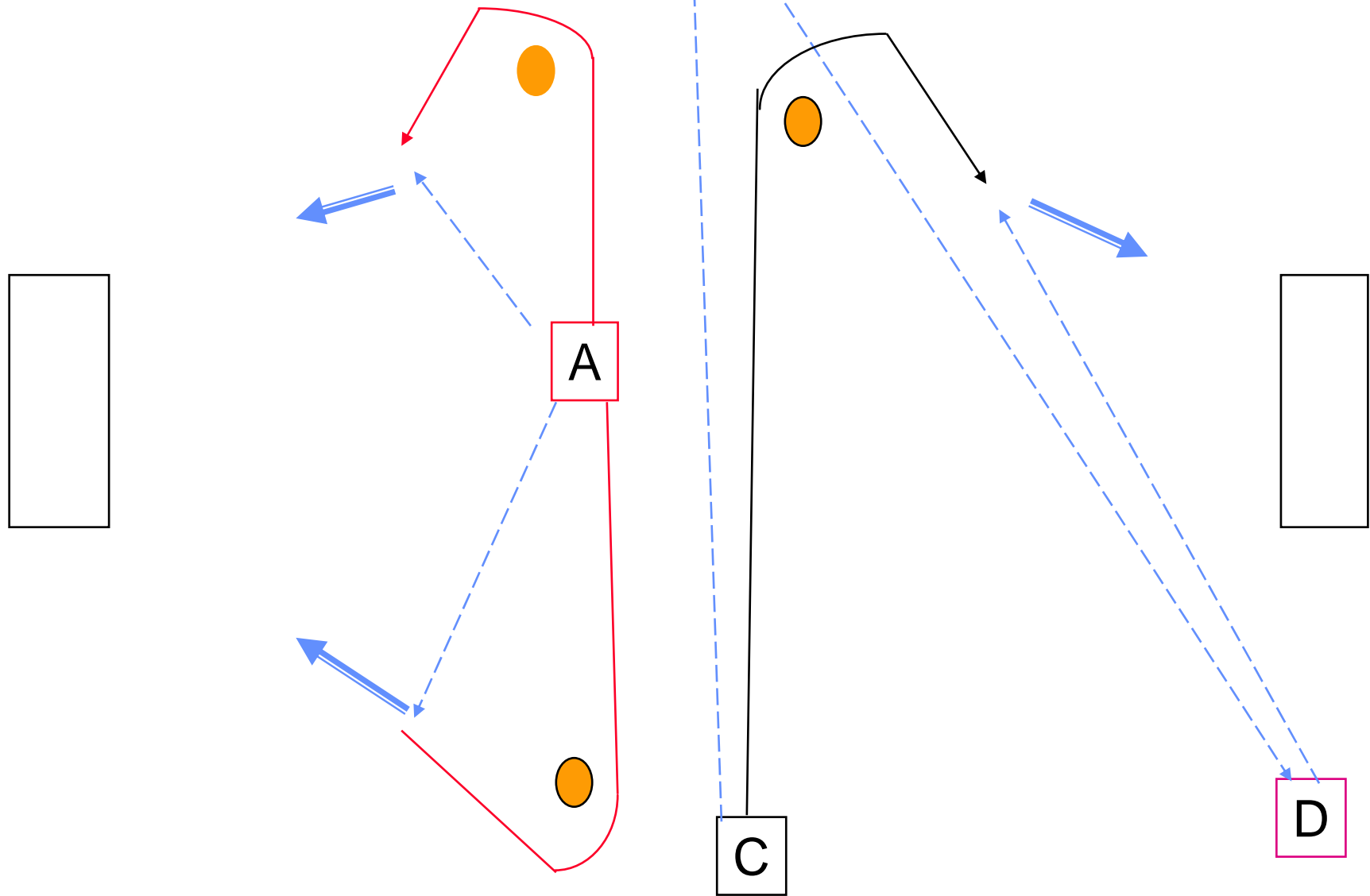


Wenn der erste Spieler durchgelaufen ist, geht dieser auf die Position von C, C geht nach B, B nach A und A schliesst hinter den übrigen Spieler an.

# Einschiessübungen



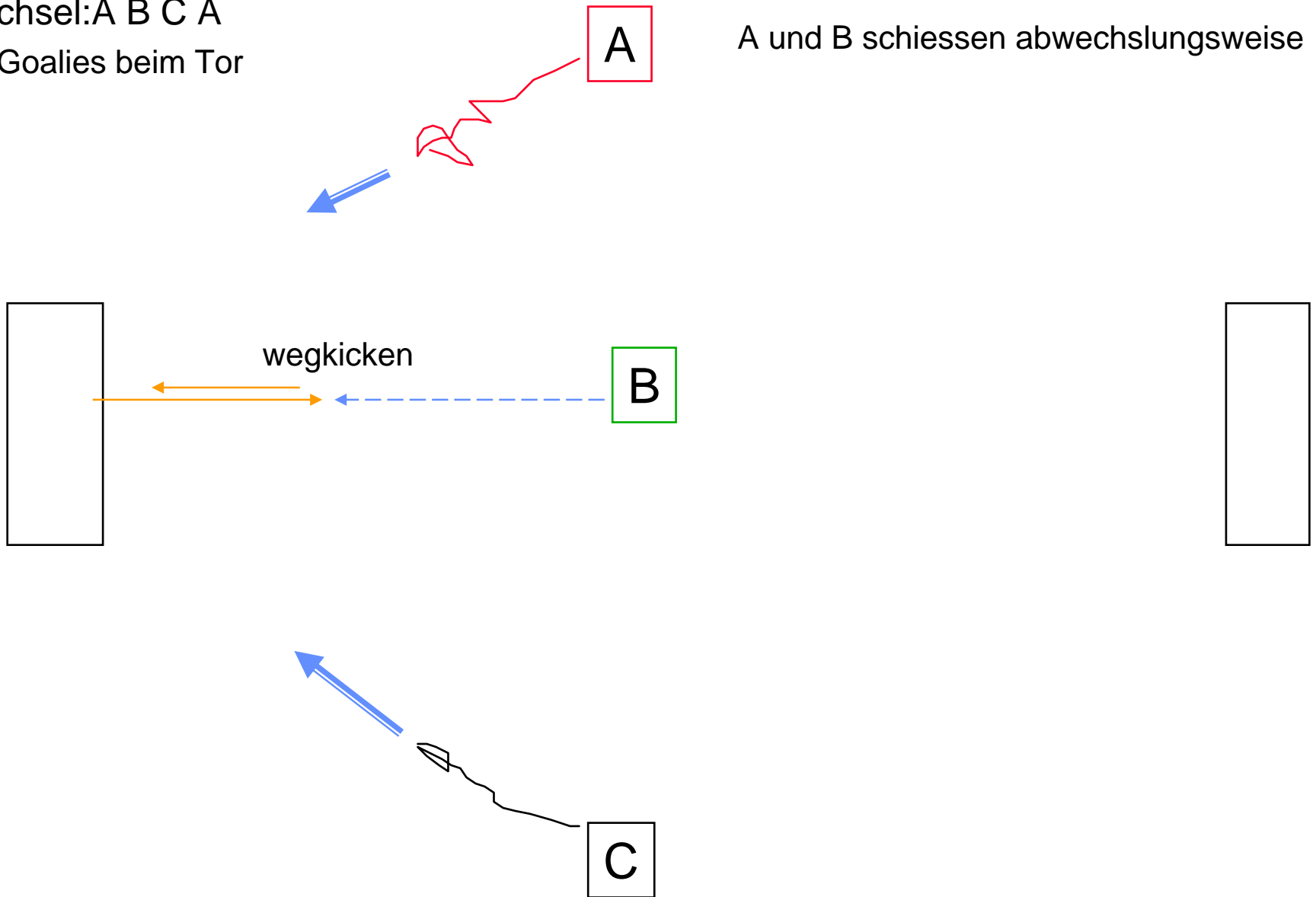
# Einschiessübungen



# Goalieübung

Wechsel: A B C A  
Alle Goalies beim Tor

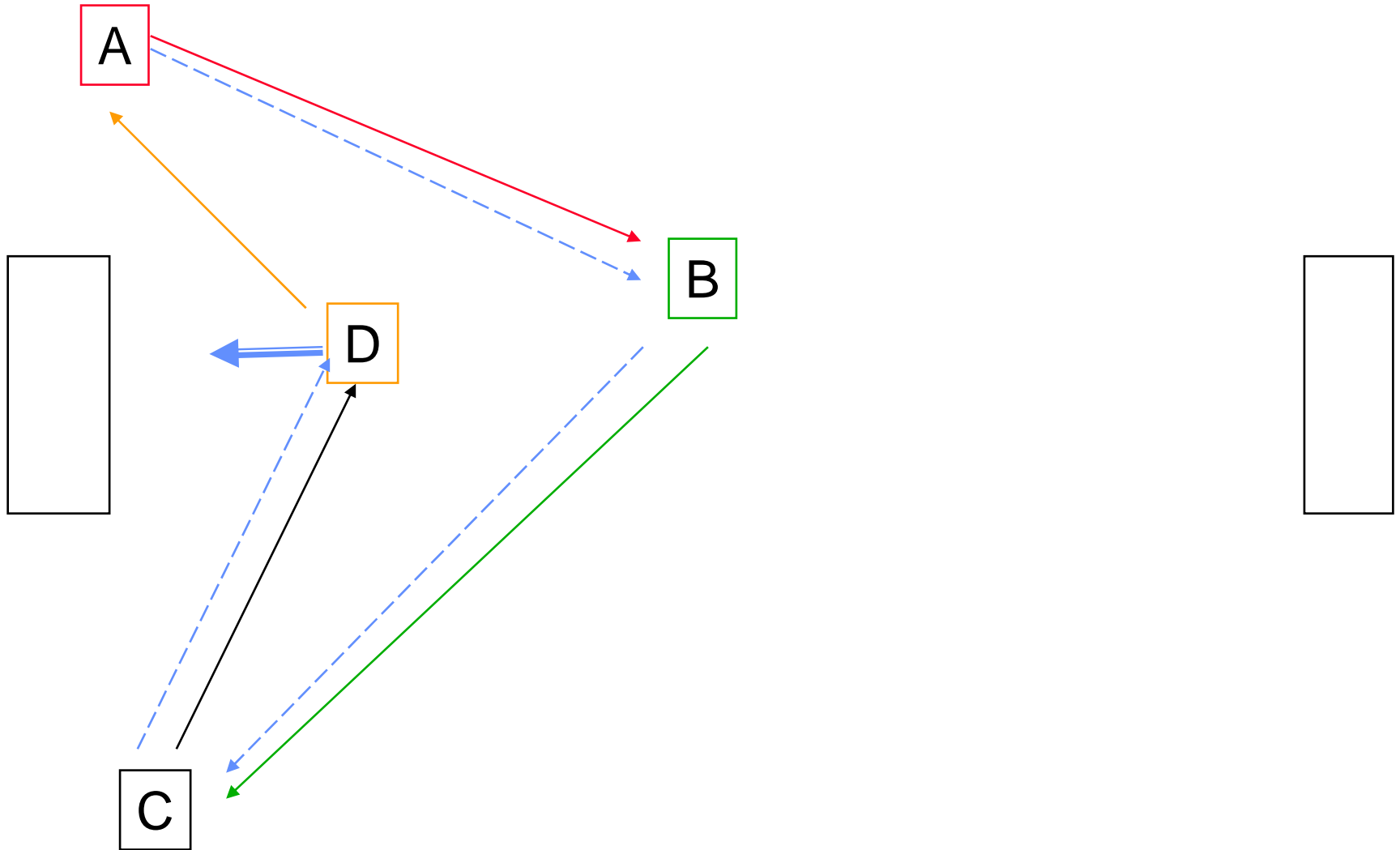
A und B schiessen abwechselungsweise



# Passübung

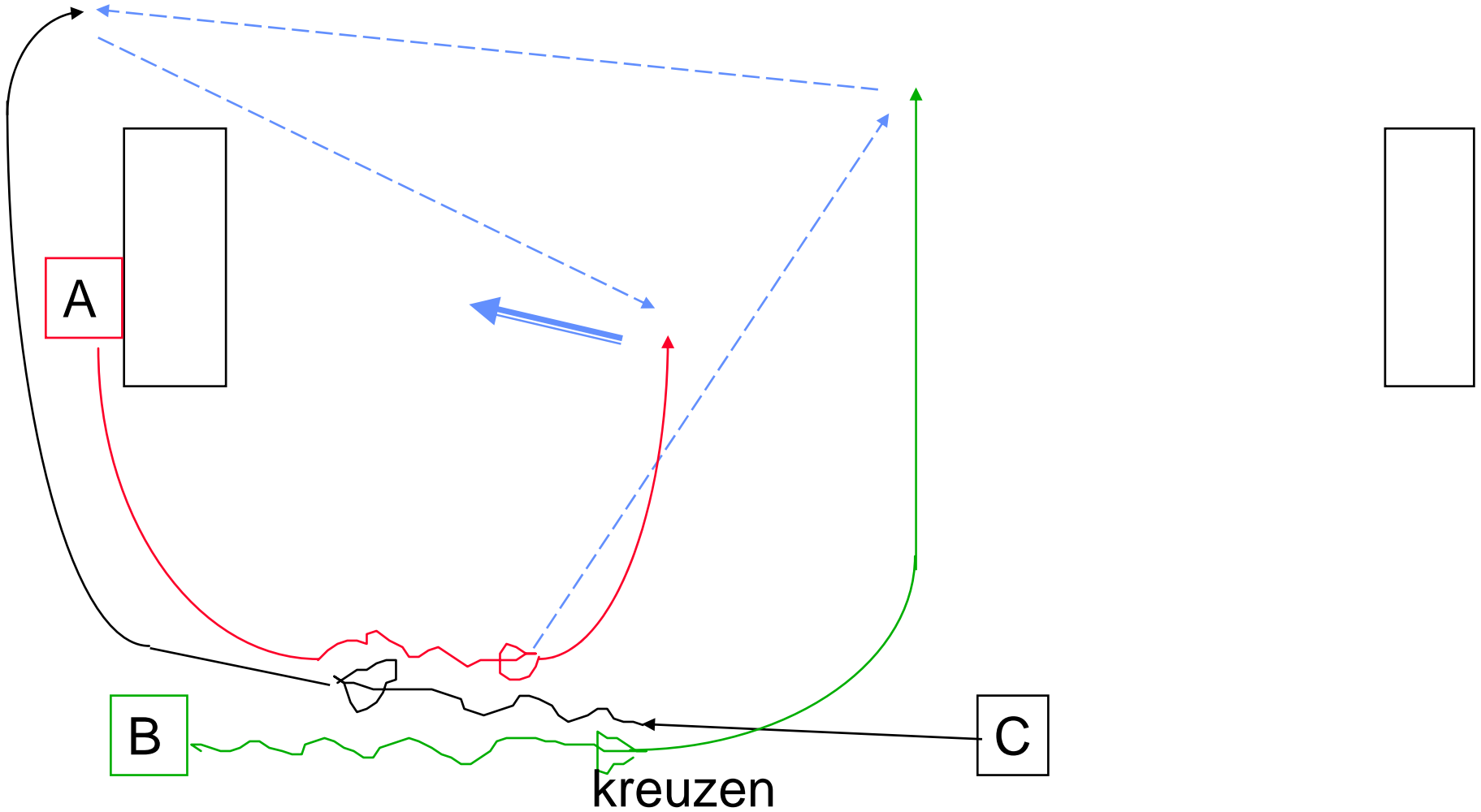
Wechsel:A B C D

Tempo und Genauigkeit



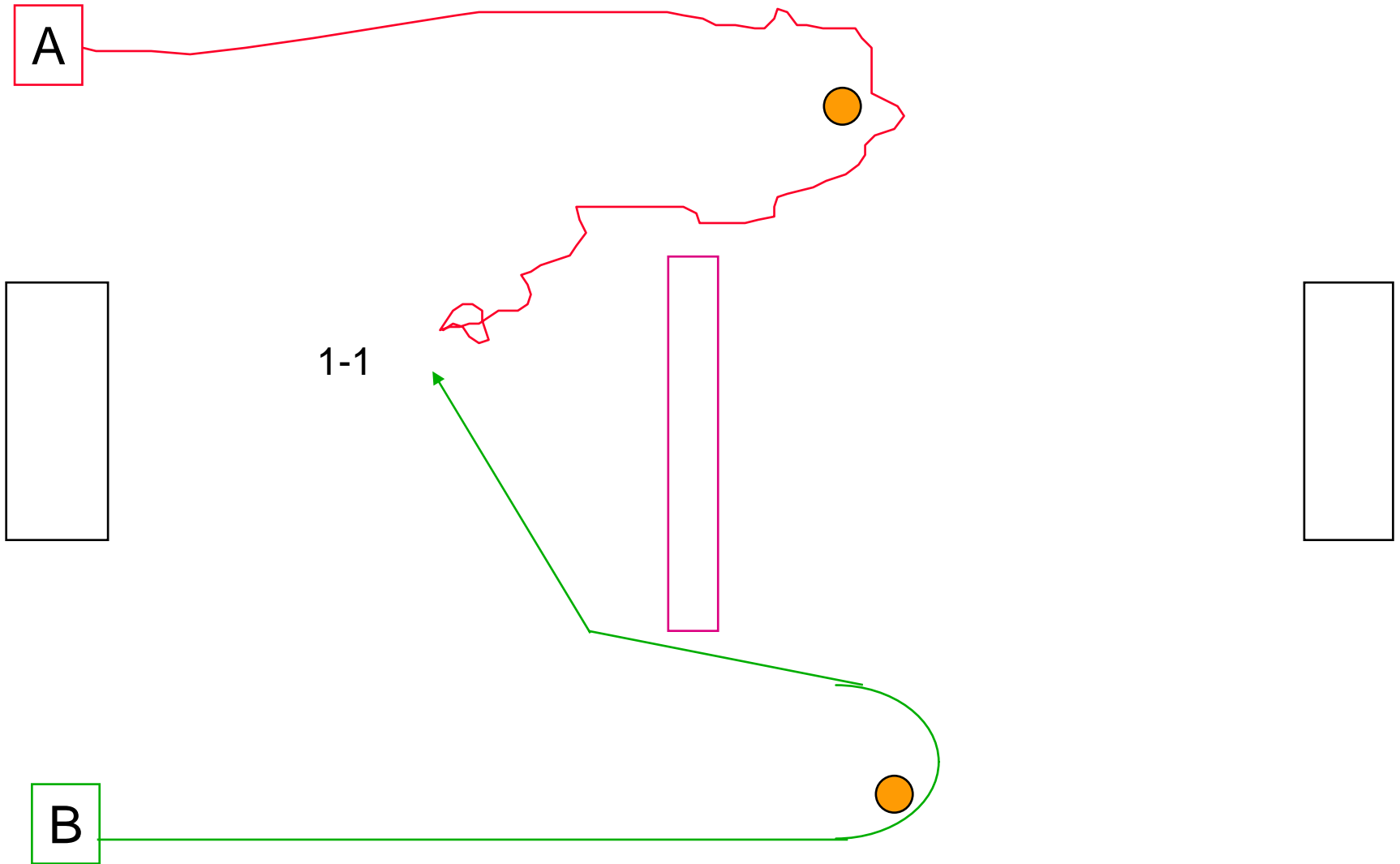
# Kreuzen-, Passübung

Wechsel: A B C A



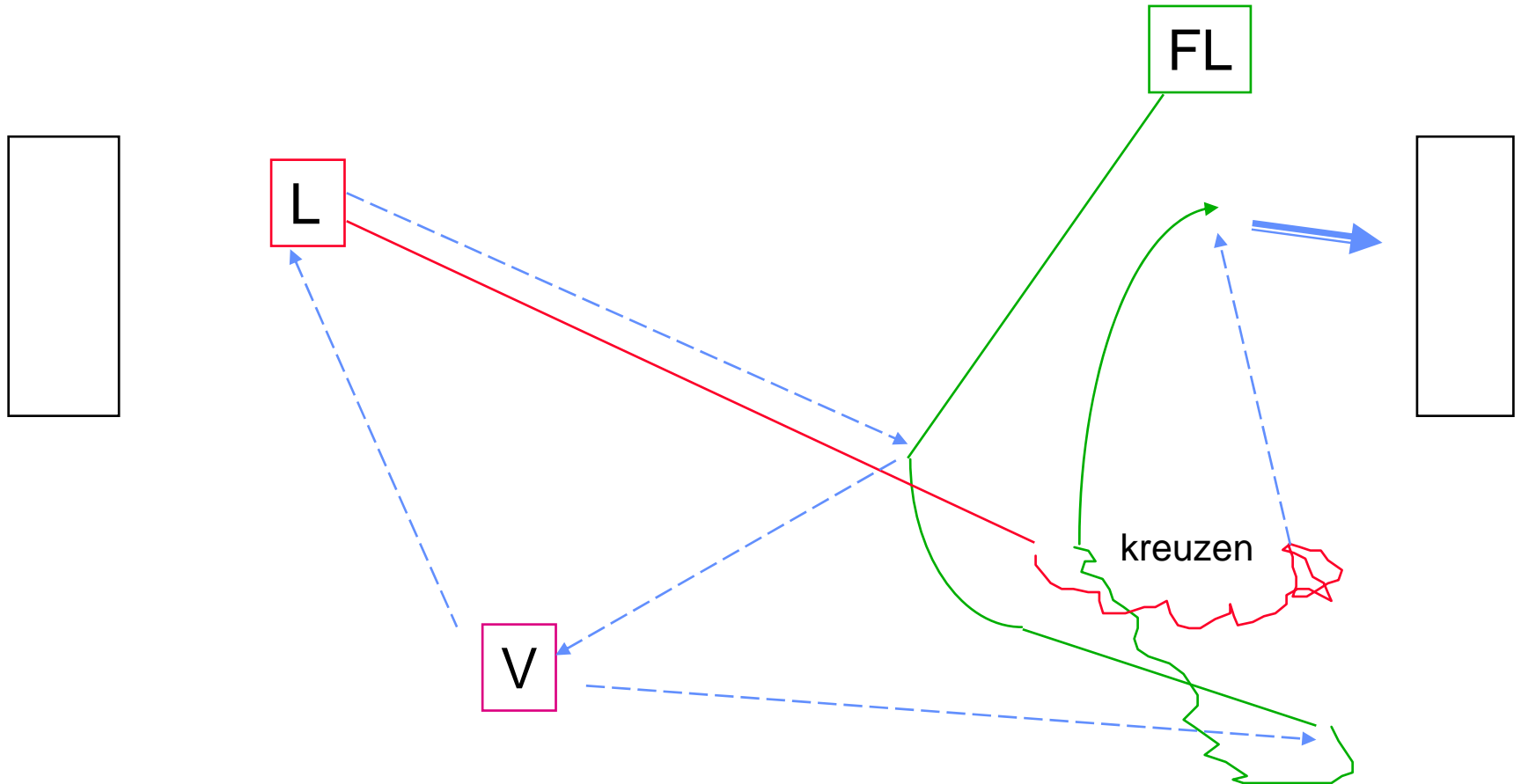
# Zweikampfverhalten

Wechsel: A B



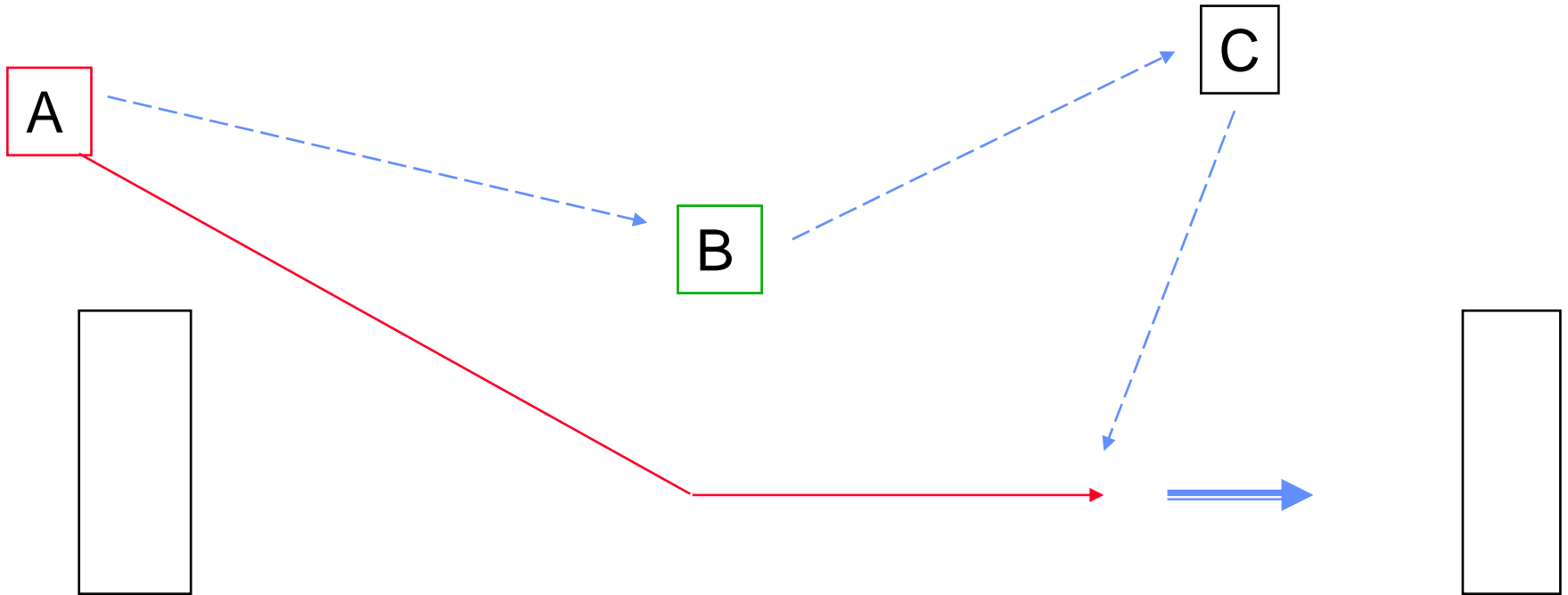
# Auslösung, wenn Gegner hoch steht

Wechsel: L-FL-V



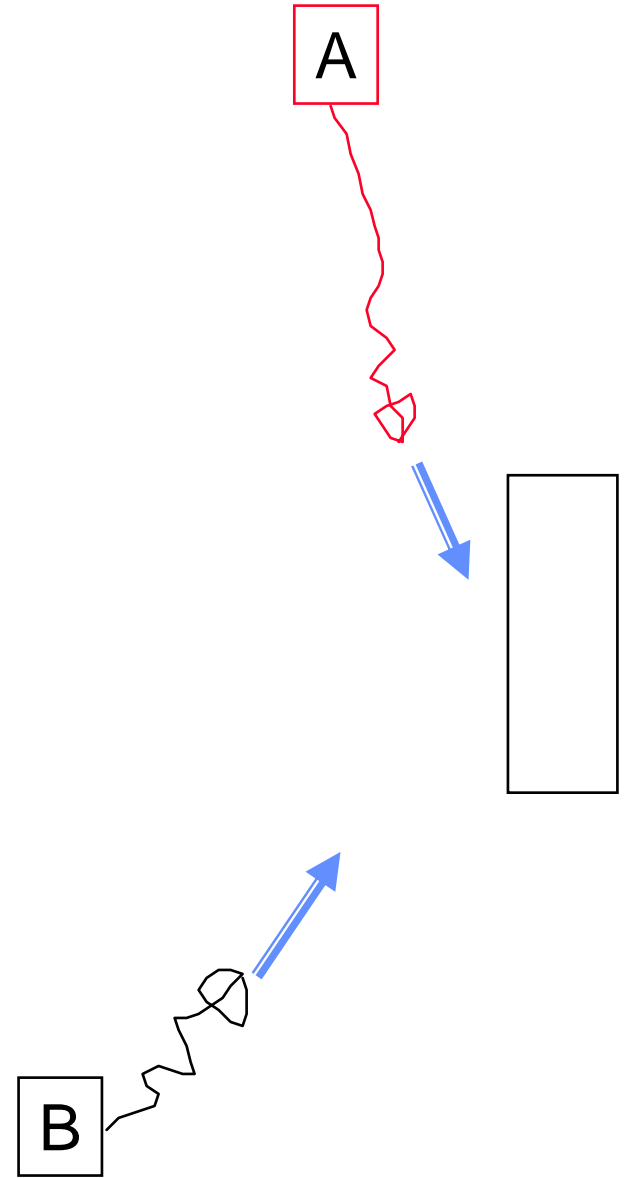
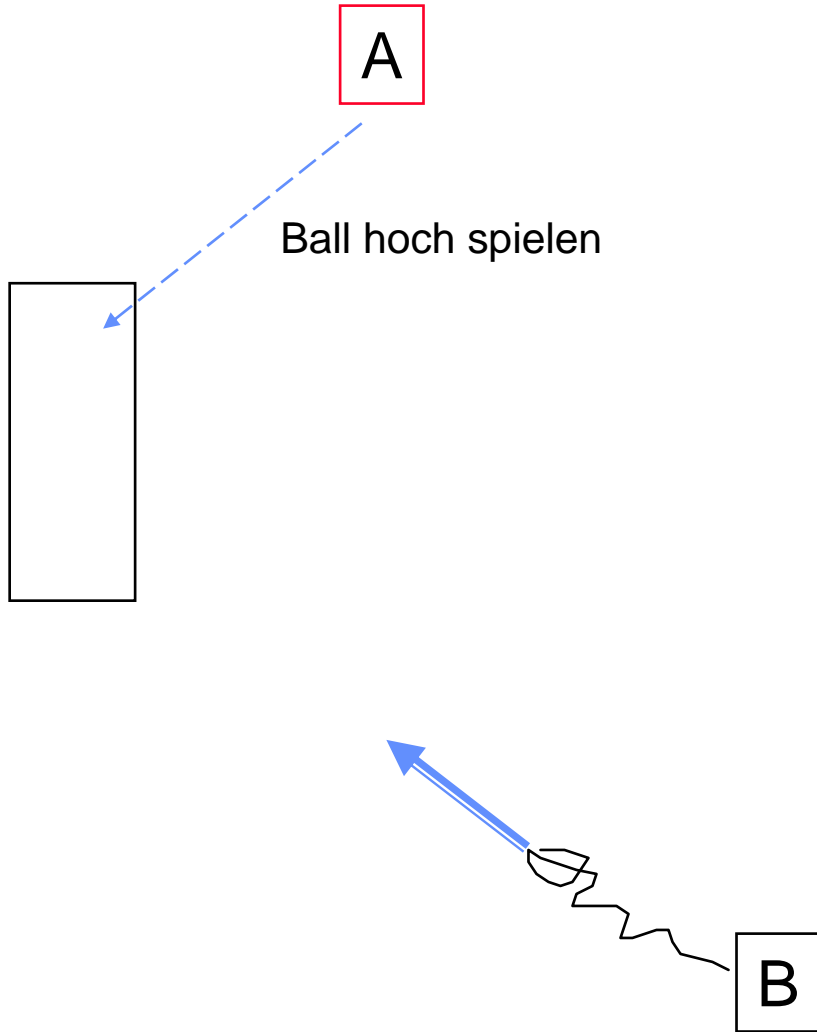
# Passübung

B und C fest, auf beide Seiten



# Goalieübung

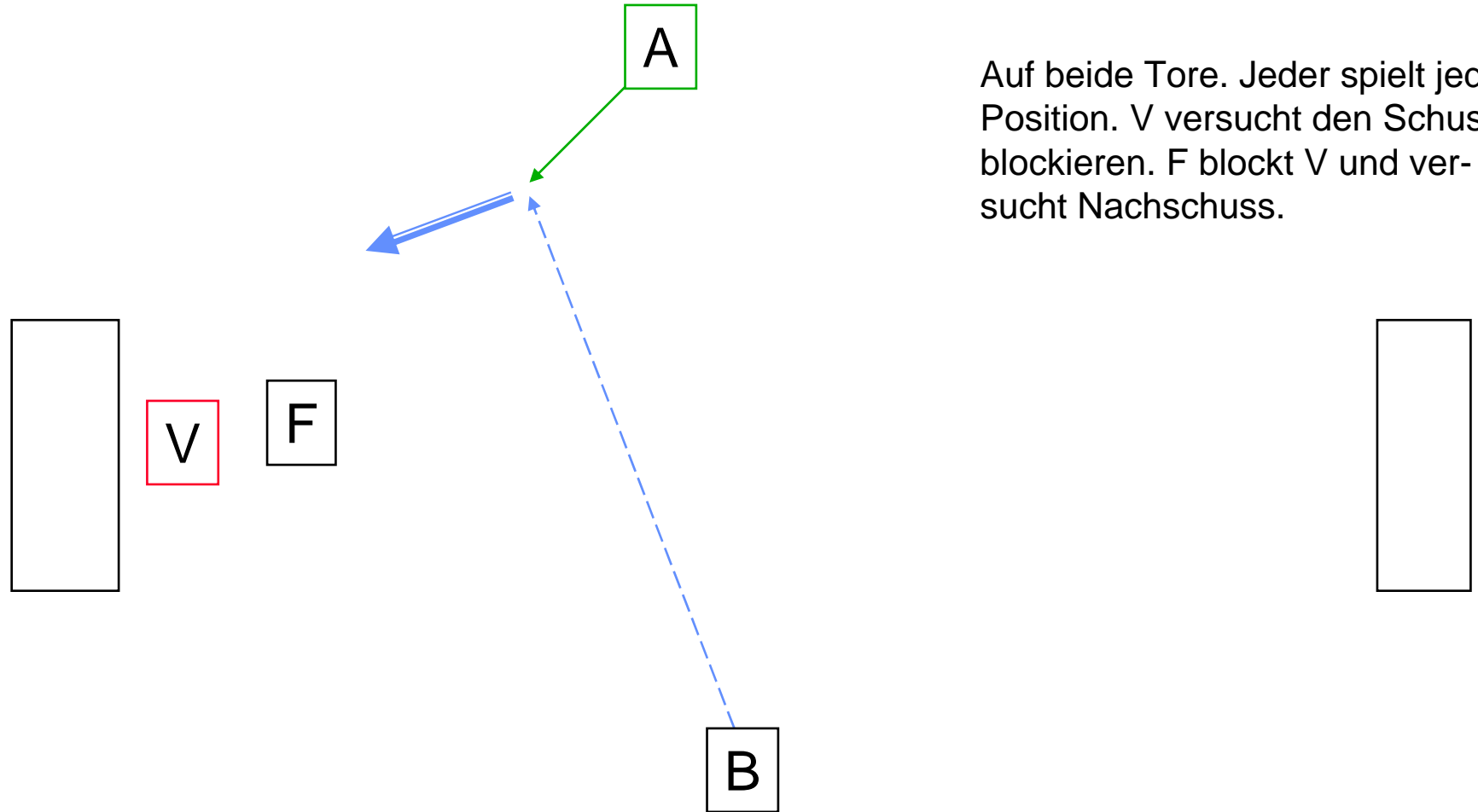
Wechsel:A B





# Einschiessübungen / Verhalten im Slot

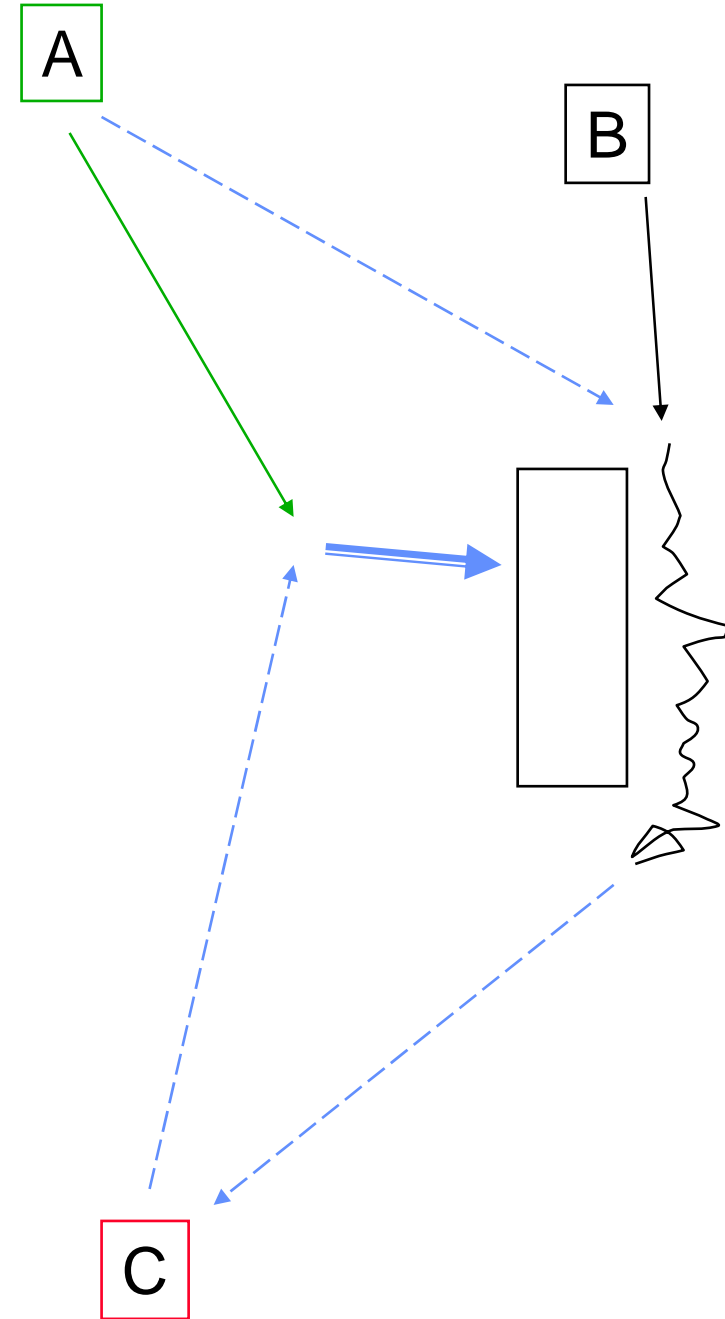
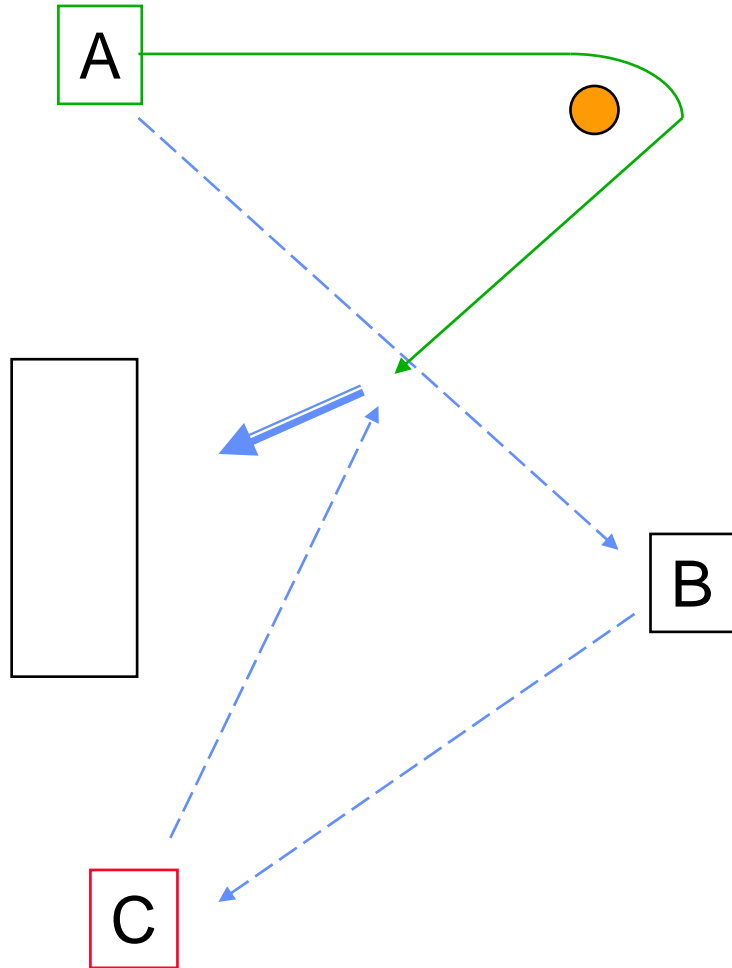
Wechsel: A B V F



Auf beide Tore. Jeder spielt jede Position. V versucht den Schuss blockieren. F blockt V und versucht Nachschuss.

# Schussübungen

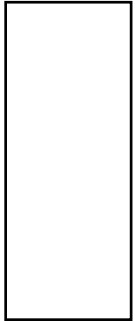
Wechsel: A B C



# Schussübungen

Wechsel: A und C =fest

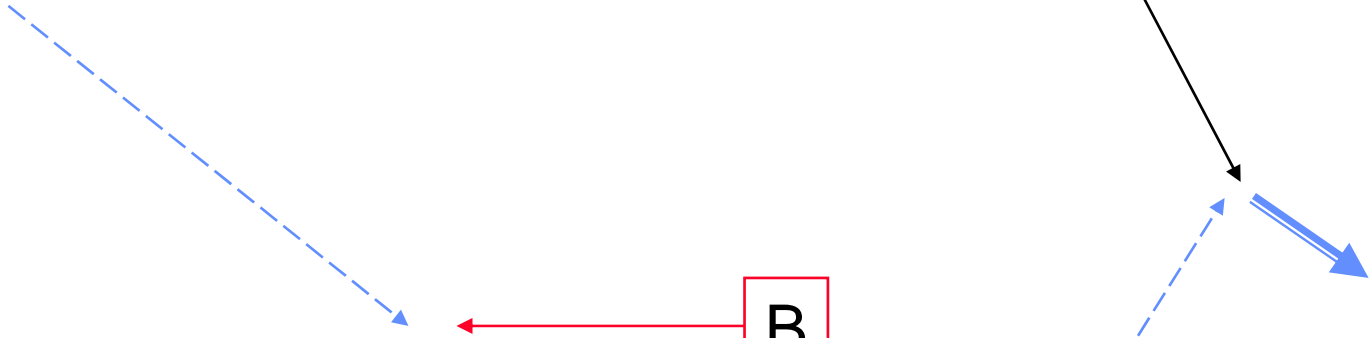
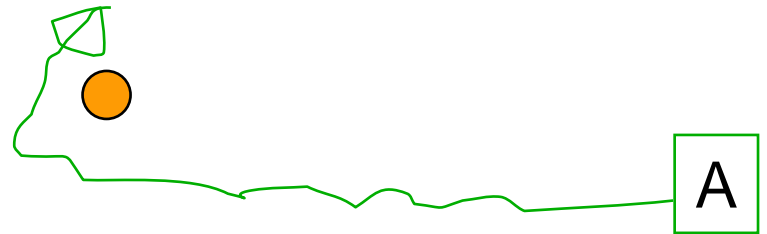
A



C

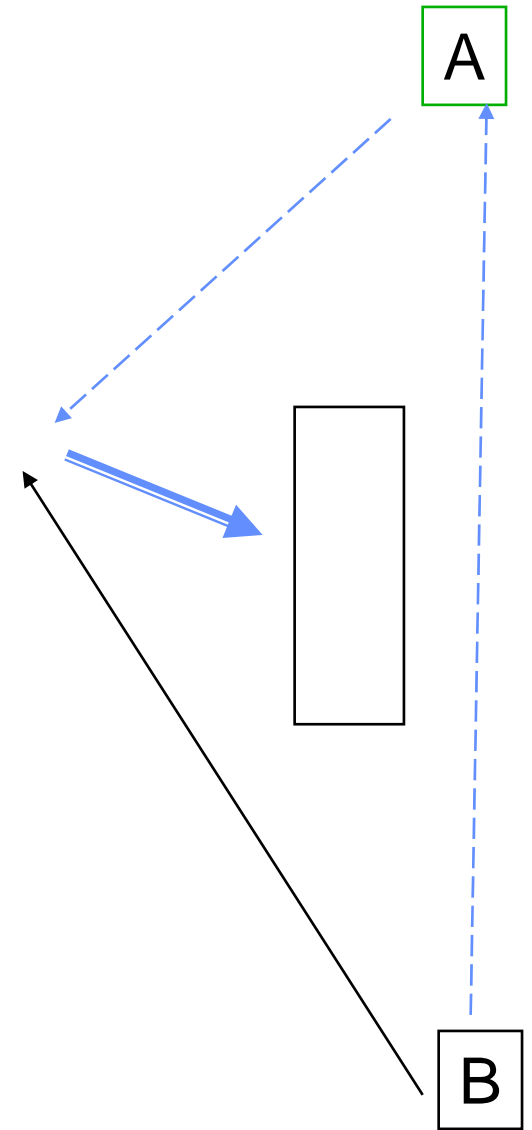
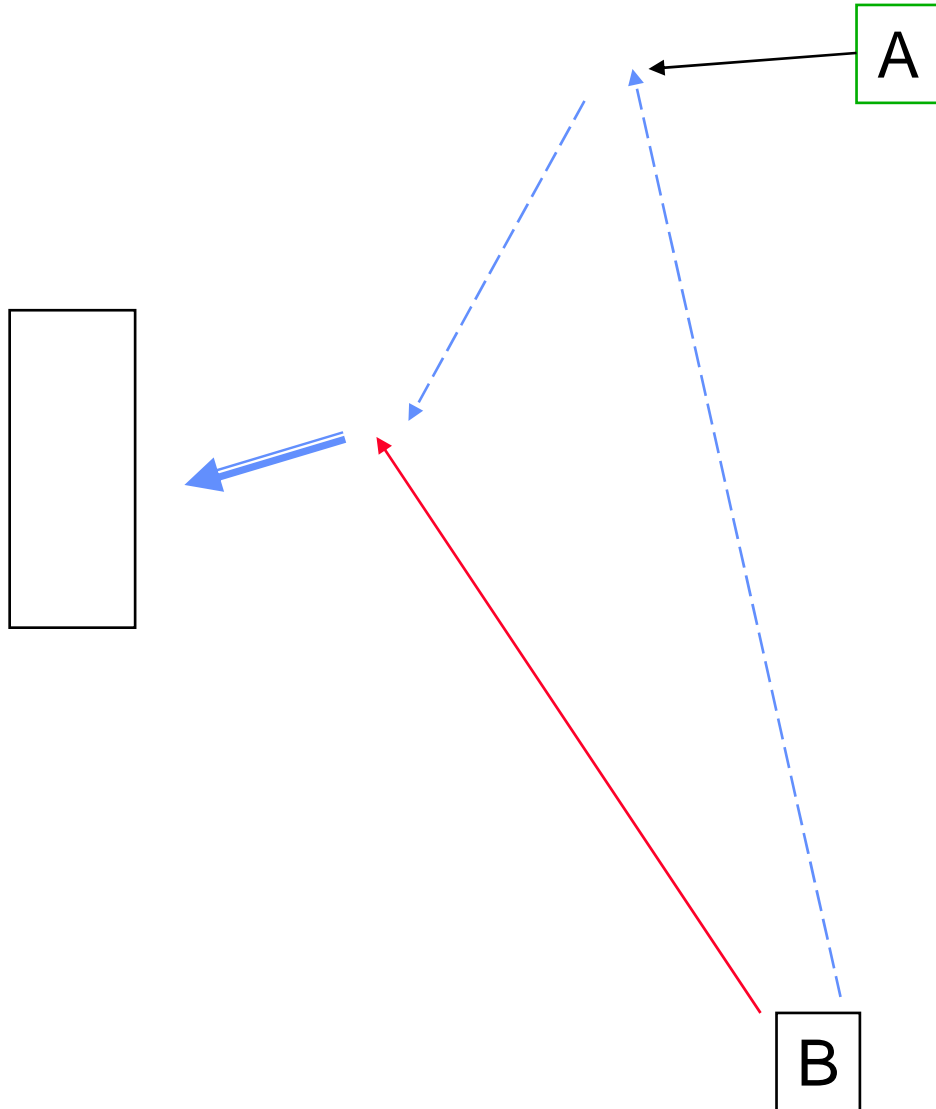
B

B



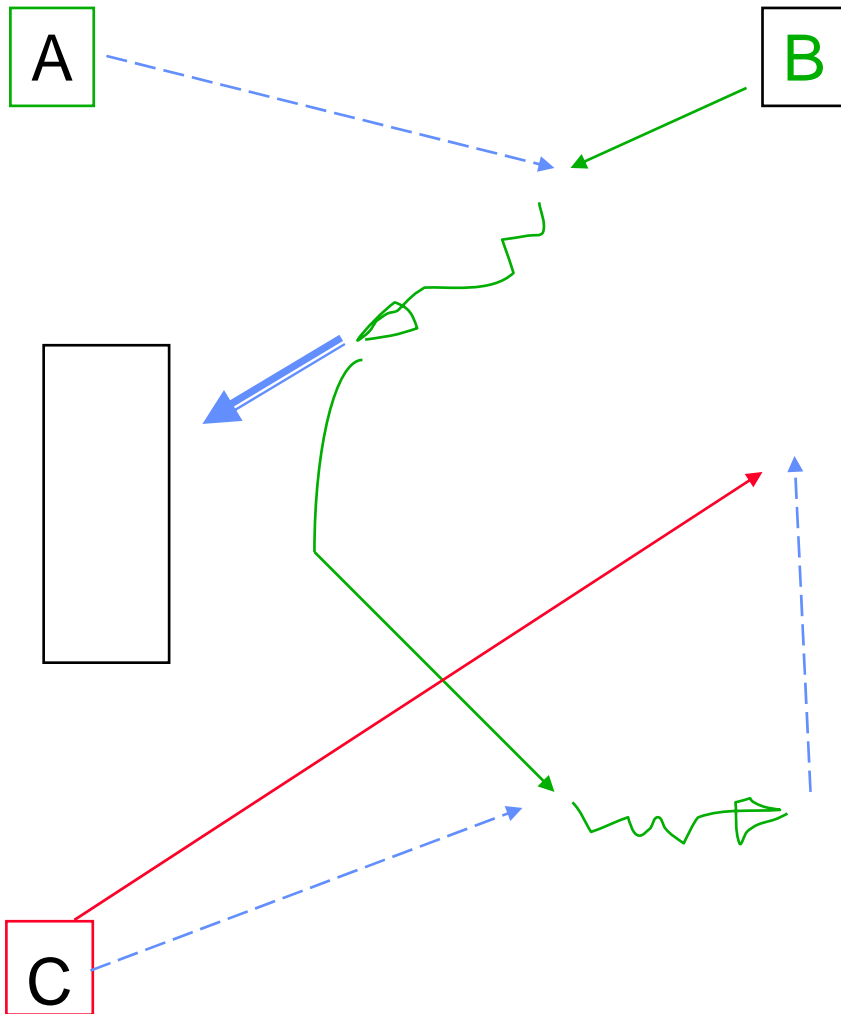
# Schussübungen / Abschlussverhalten

Wechsel: A B C



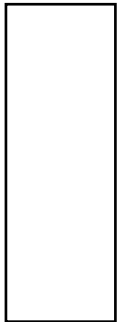
# Schussübung und 2 - 1

Wechsel: A-B-C, V ist fest (3 Spieler)



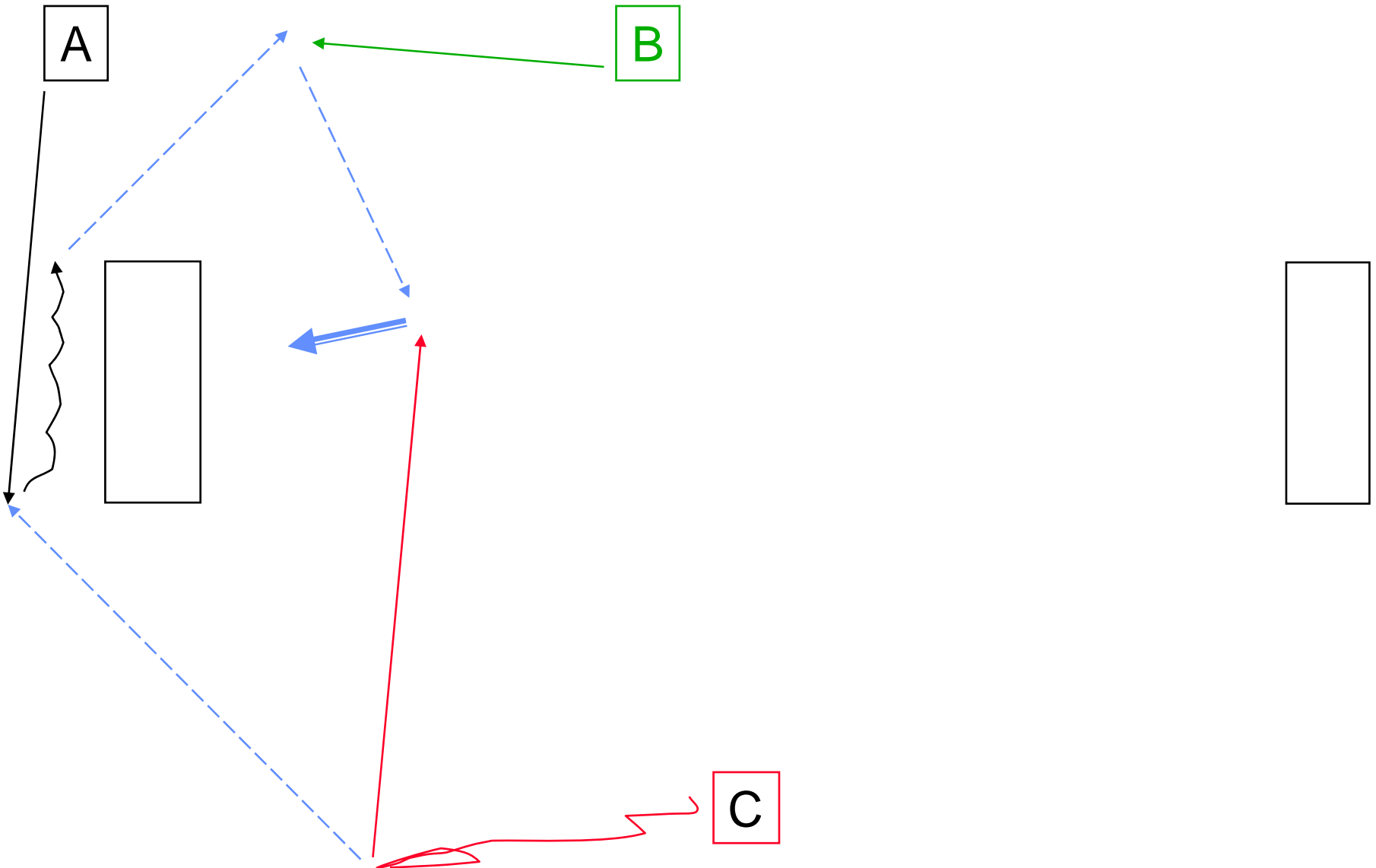
2 - 1

V



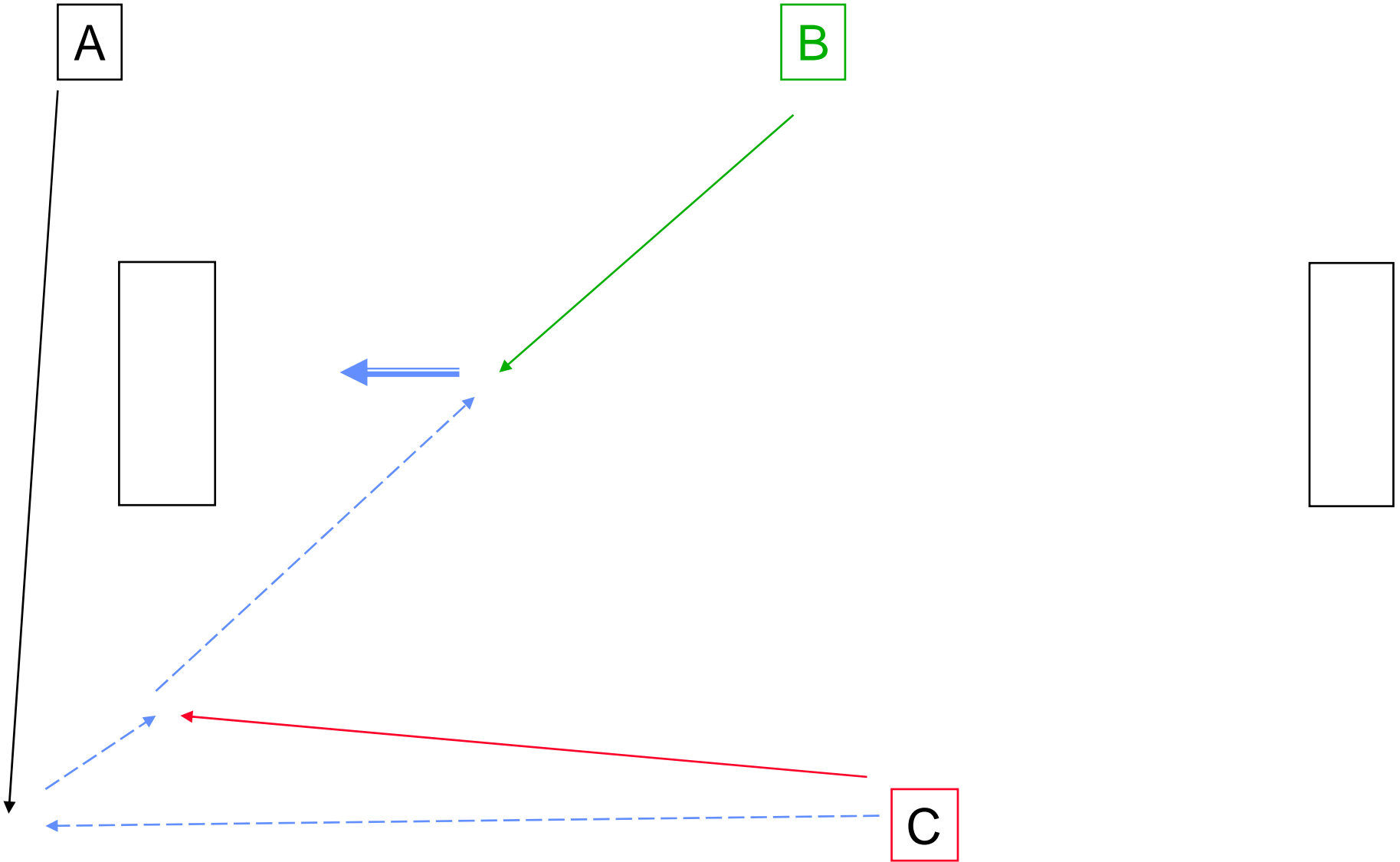
# Abschlussverhalten

Wechsel: A-B-C



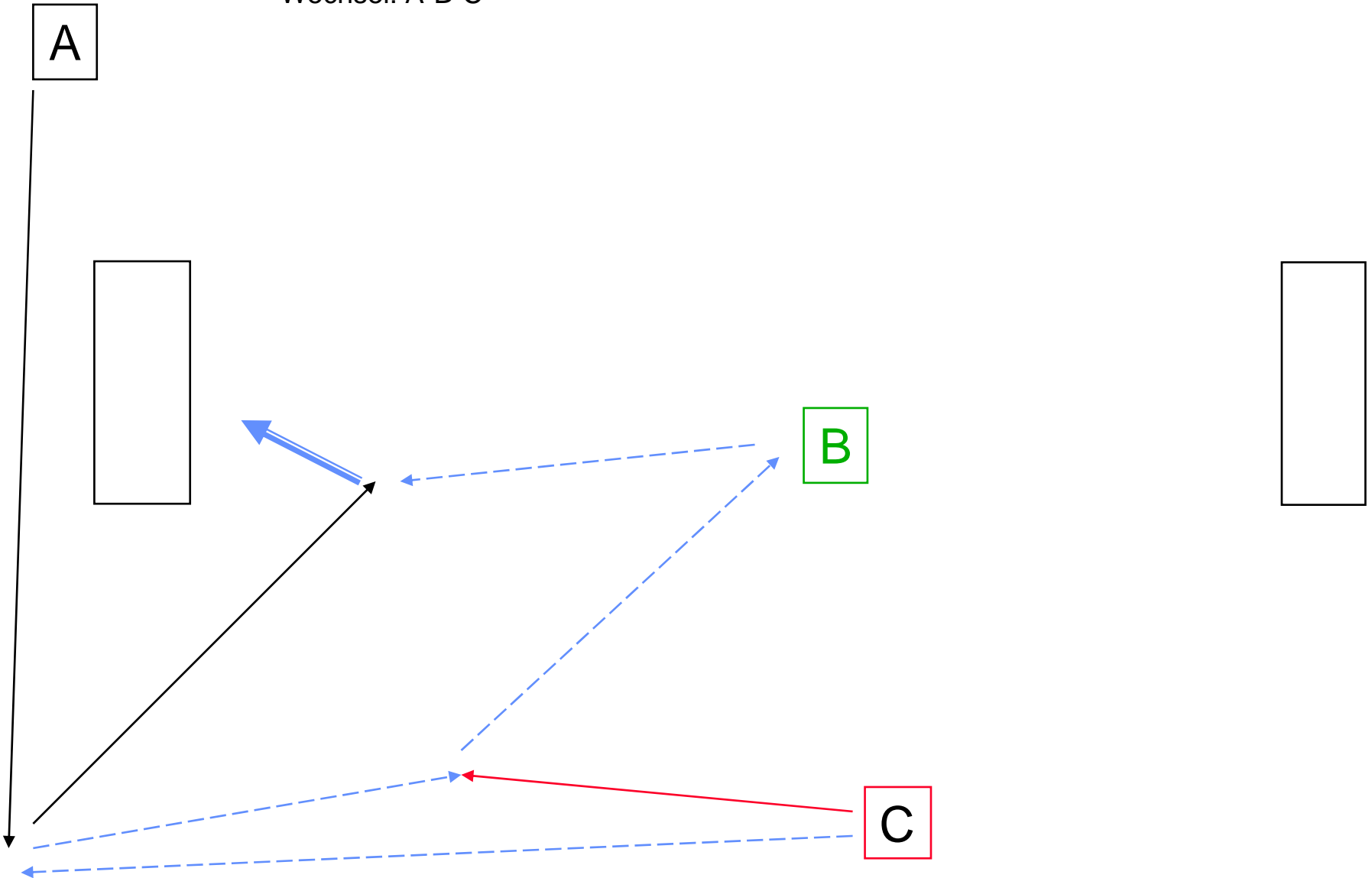
# Abschlussverhalten

Wechsel: A-B-C



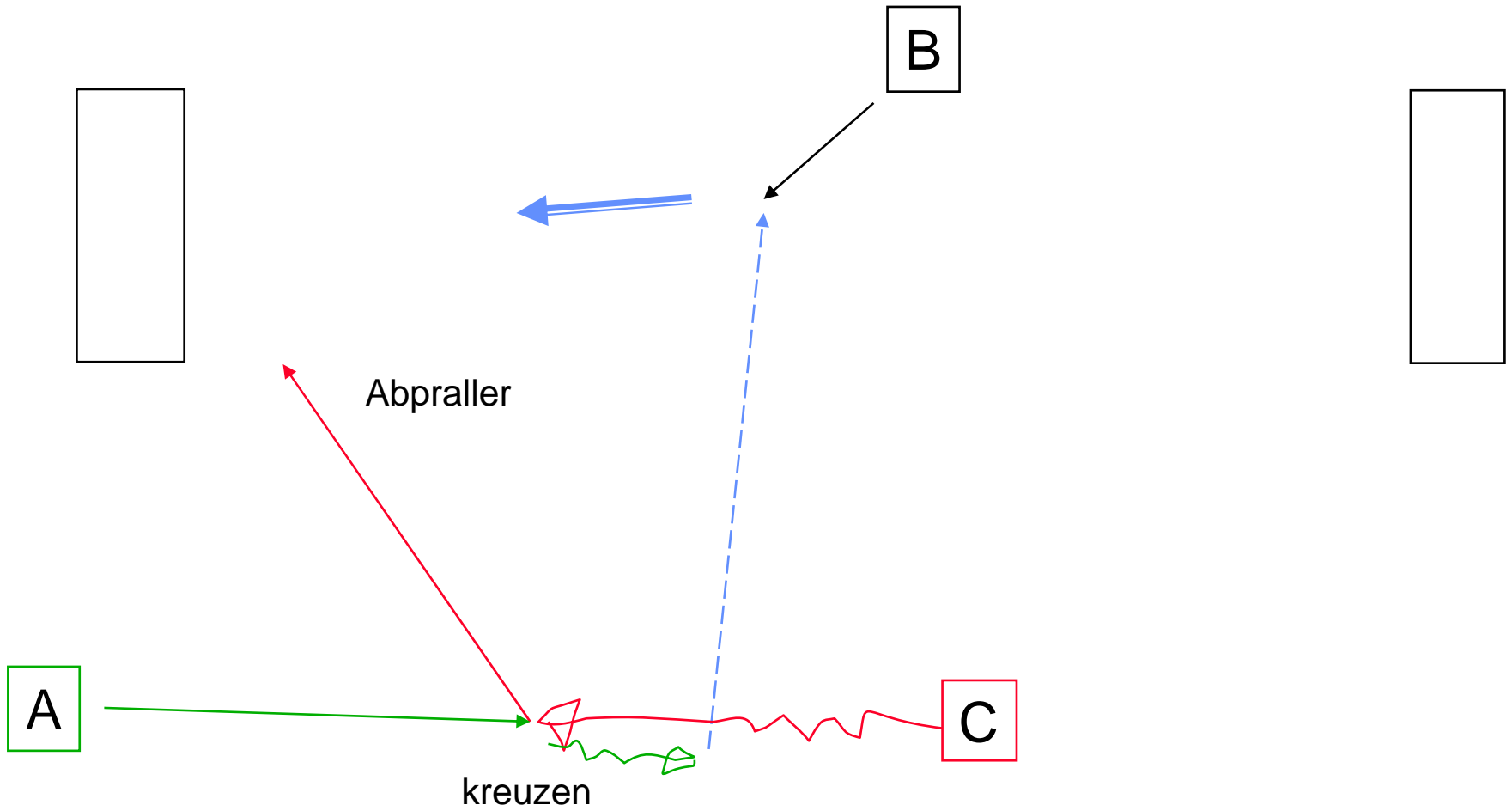
# Abschlussverhalten

Wechsel: A-B-C



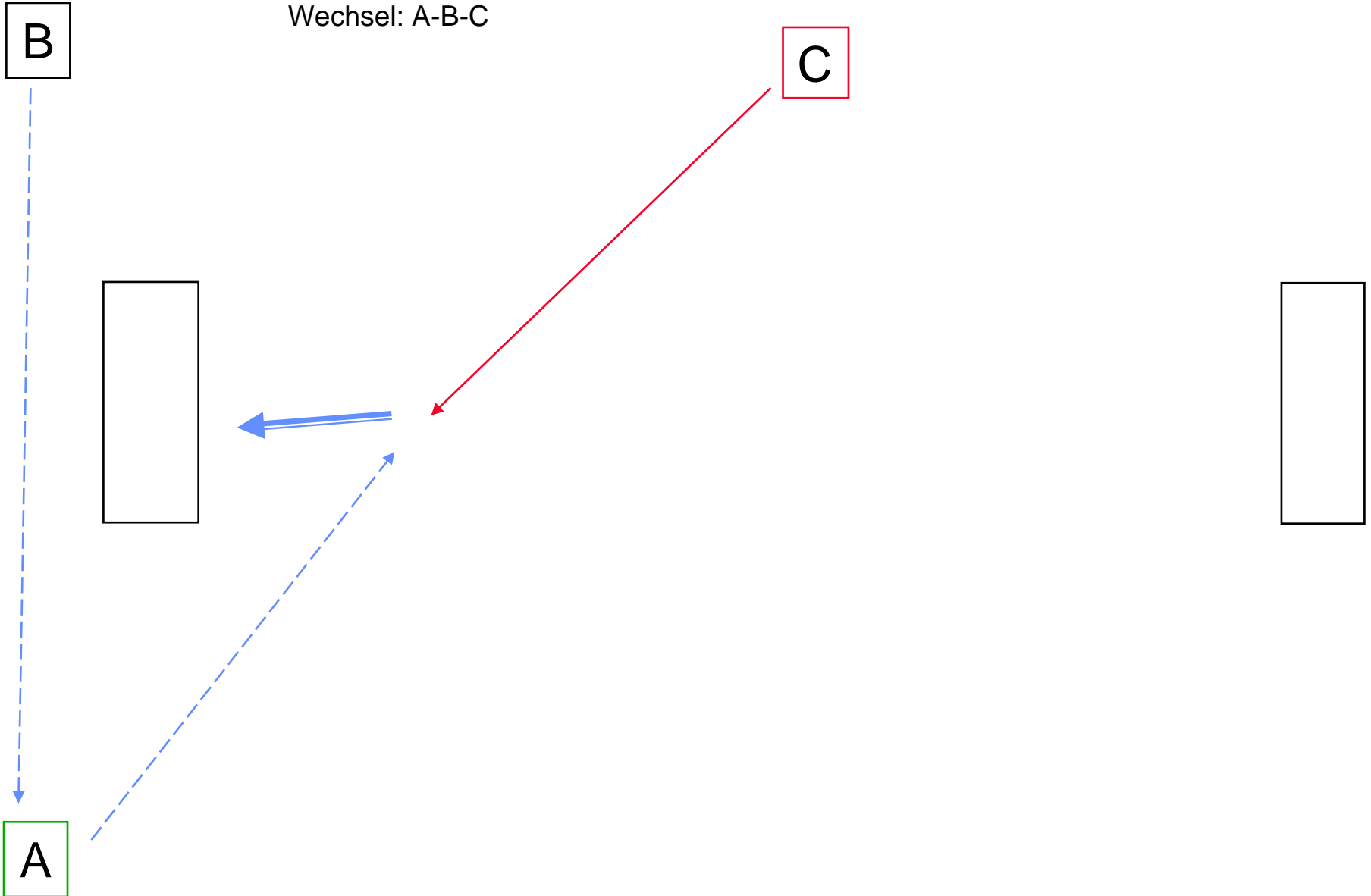
# Abschlussverhalten

Wechsel: A-B-C



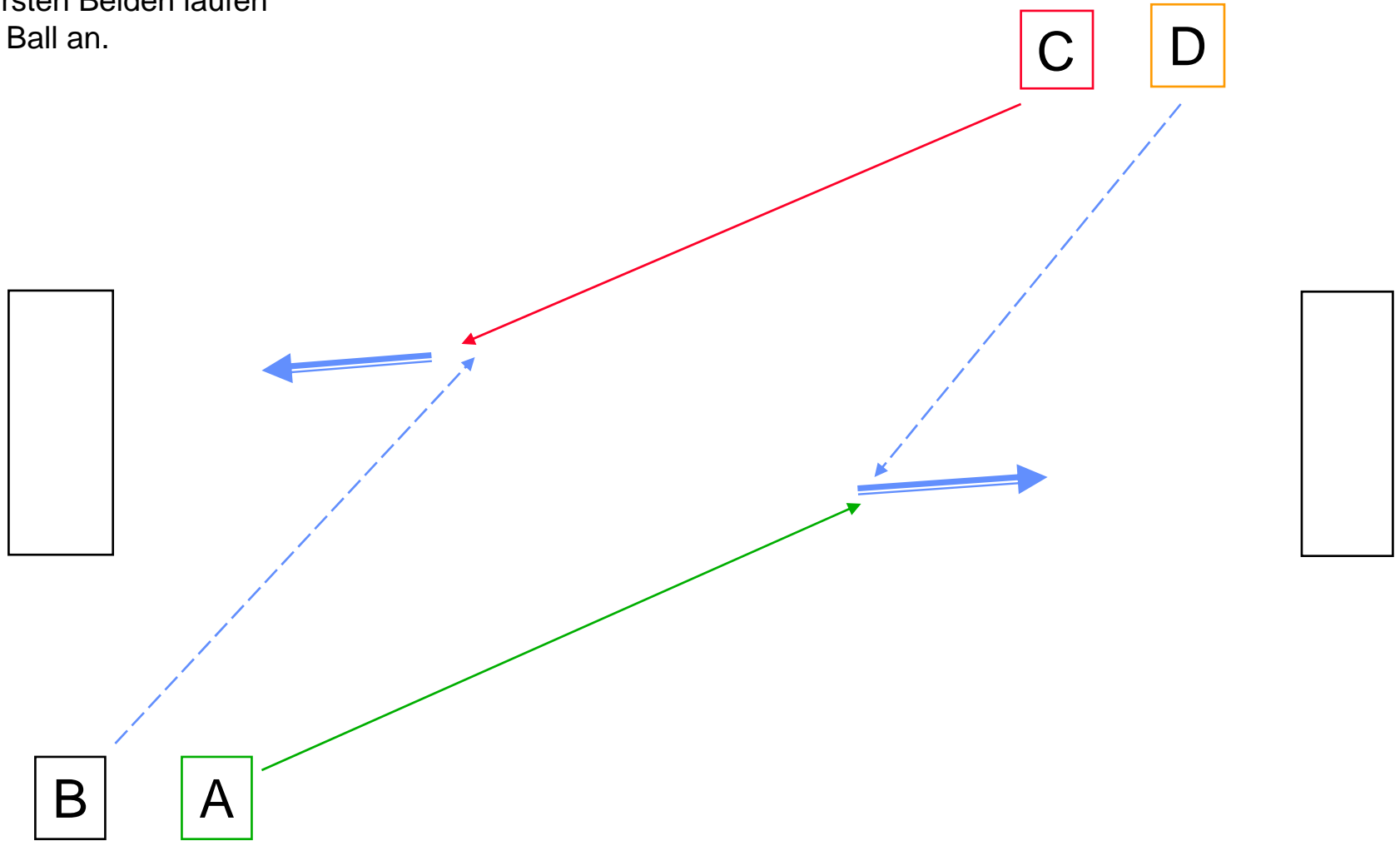
# Abschlussverhalten

Wechsel: A-B-C



# Direktschuss

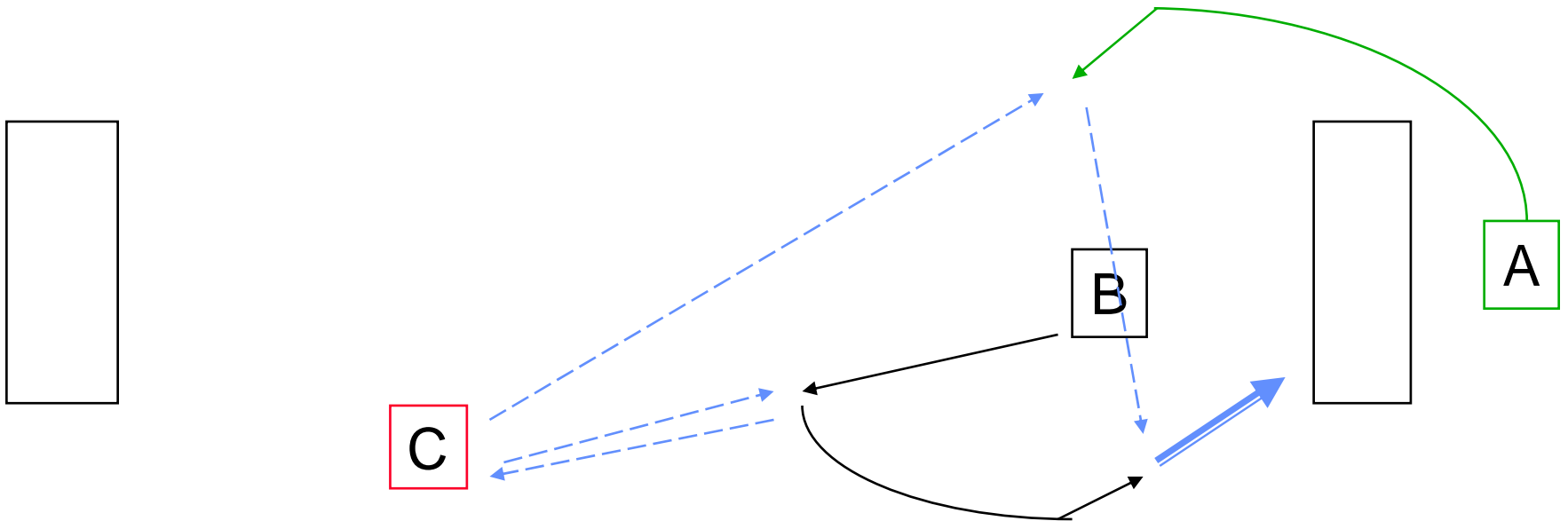
Die ersten Beiden laufen ohne Ball an.



# Abschlussverhalten zu Auslösung

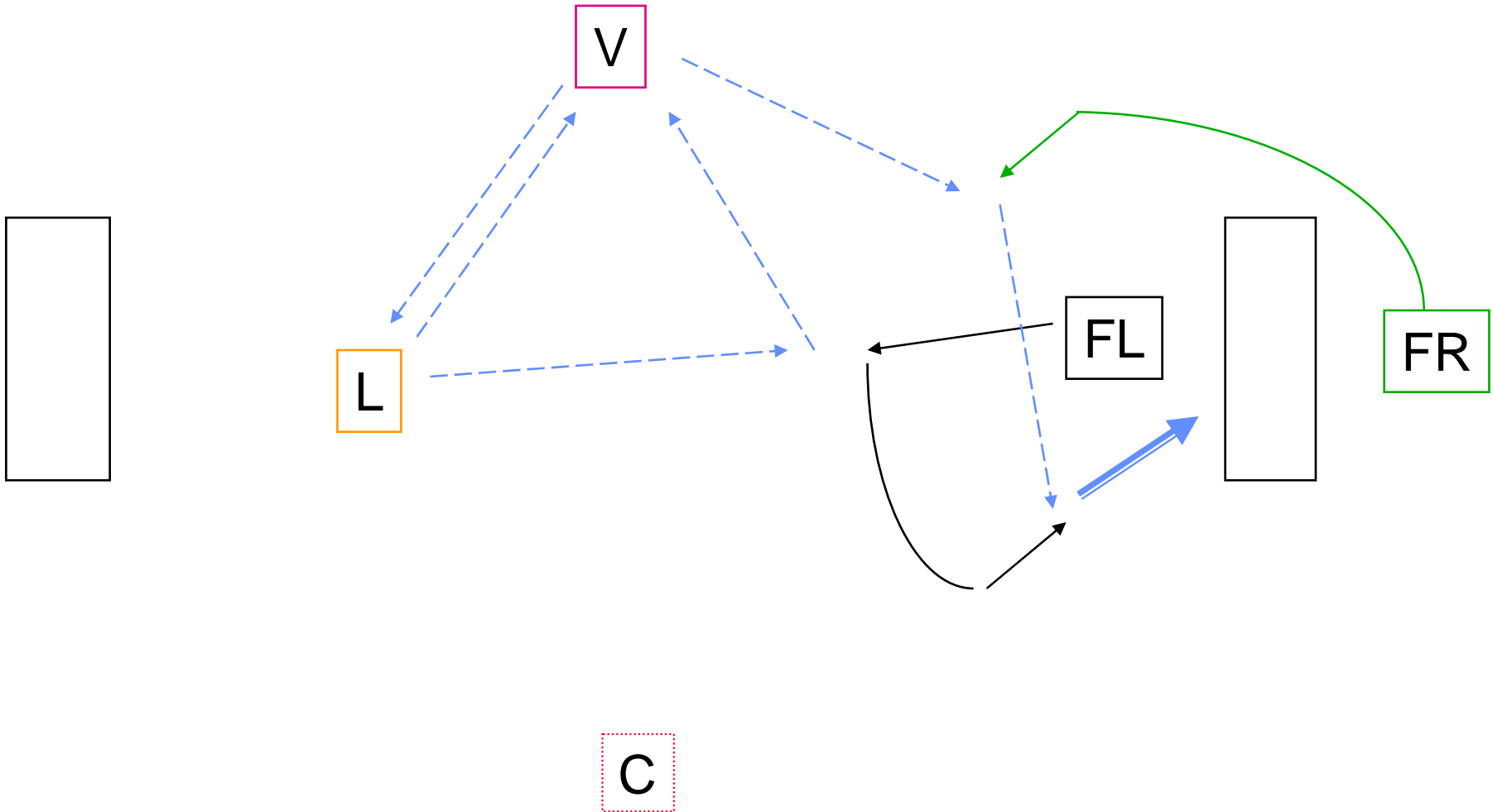
Wechsel: A B C

A und B müssen gleichzeitig anlaufen

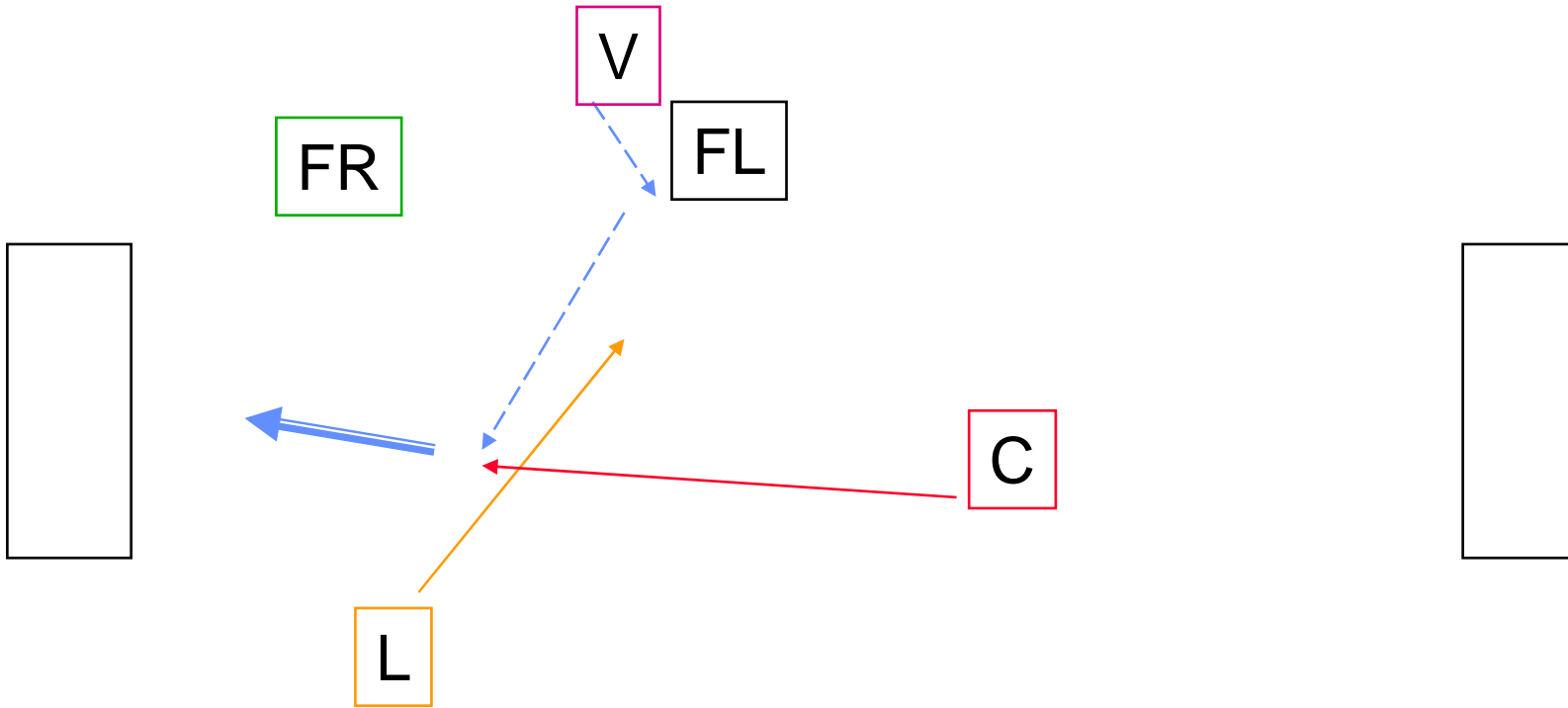


# Auslösung

Wechsel: L und V bleiben  
Stürmer bleiben

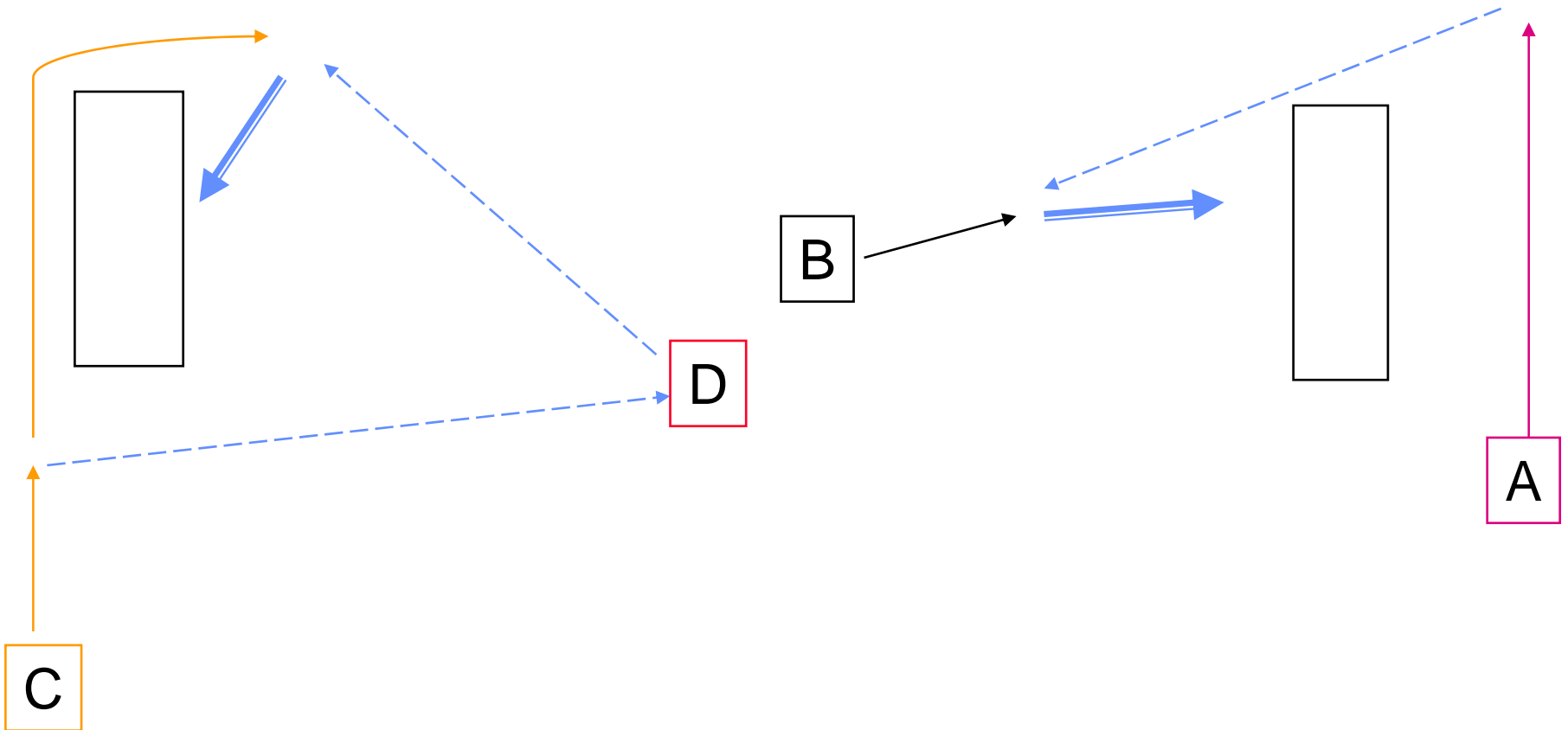


# Freistossvariante UHC Malans



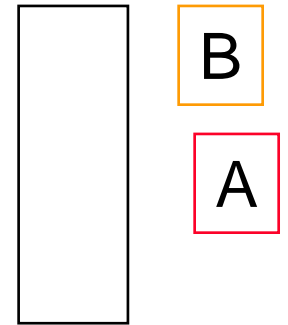
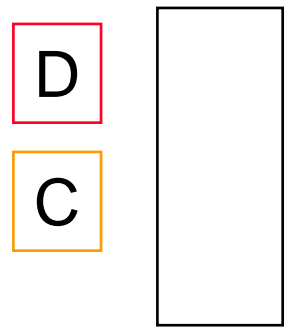
# Einschiessübung

Wechseln A-B/C-D



# Stafette

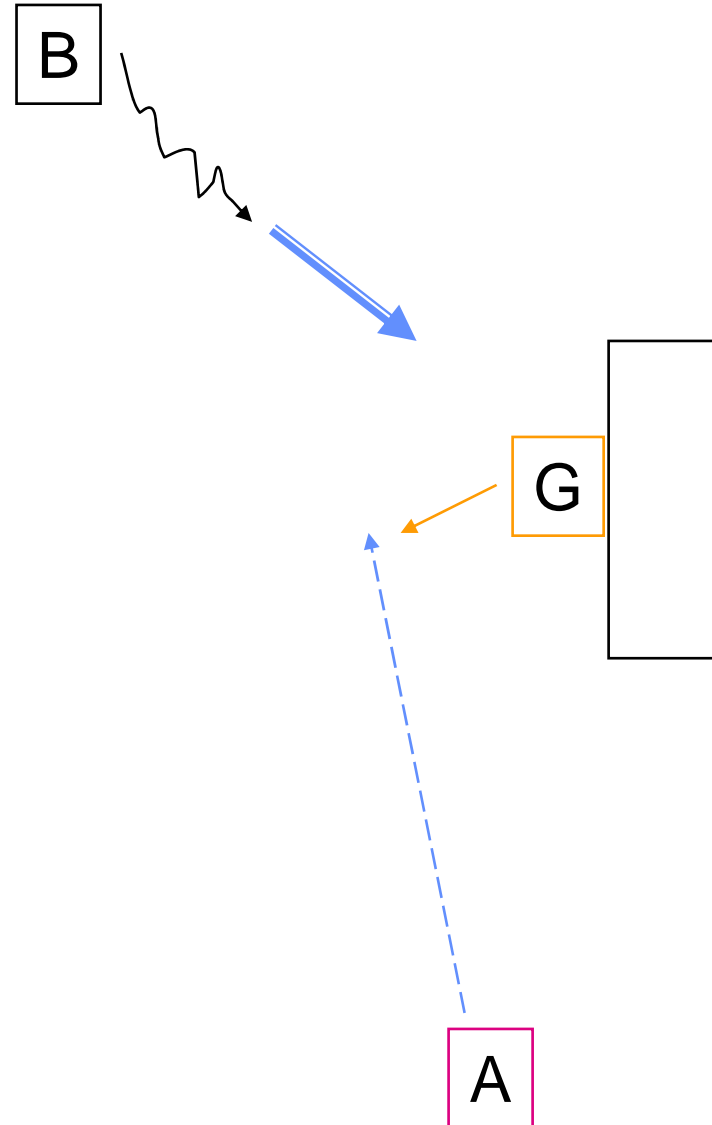
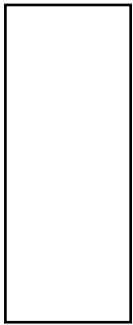
A und B starten gemeinsam mit einem Ball in der Hand. Die Ballübergabe auf C und D erfolgt erst hinter dem Tor.



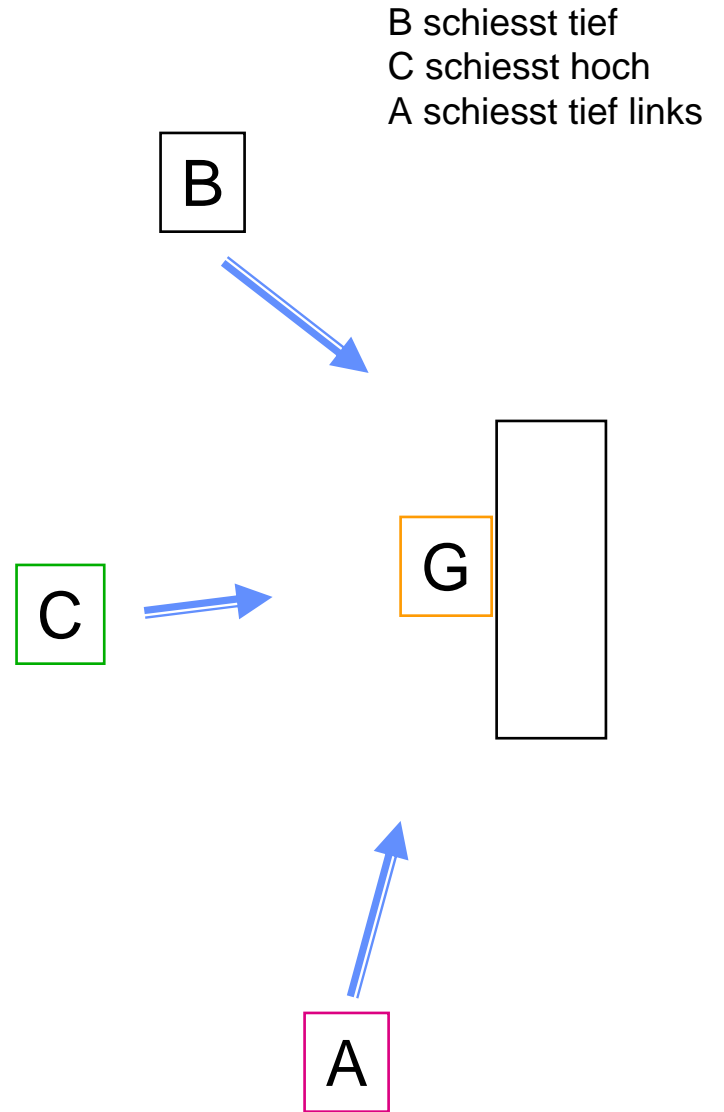
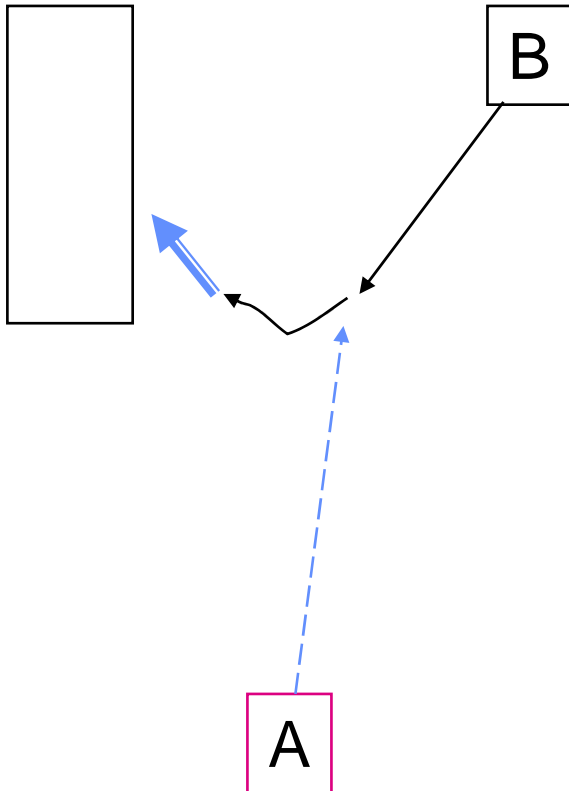
# Goalieübung

Wechsel: A-B

G geht den Ball mit den Händen holen  
Der andere Goalie macht hohe Auswürfe  
auf einen Kasten

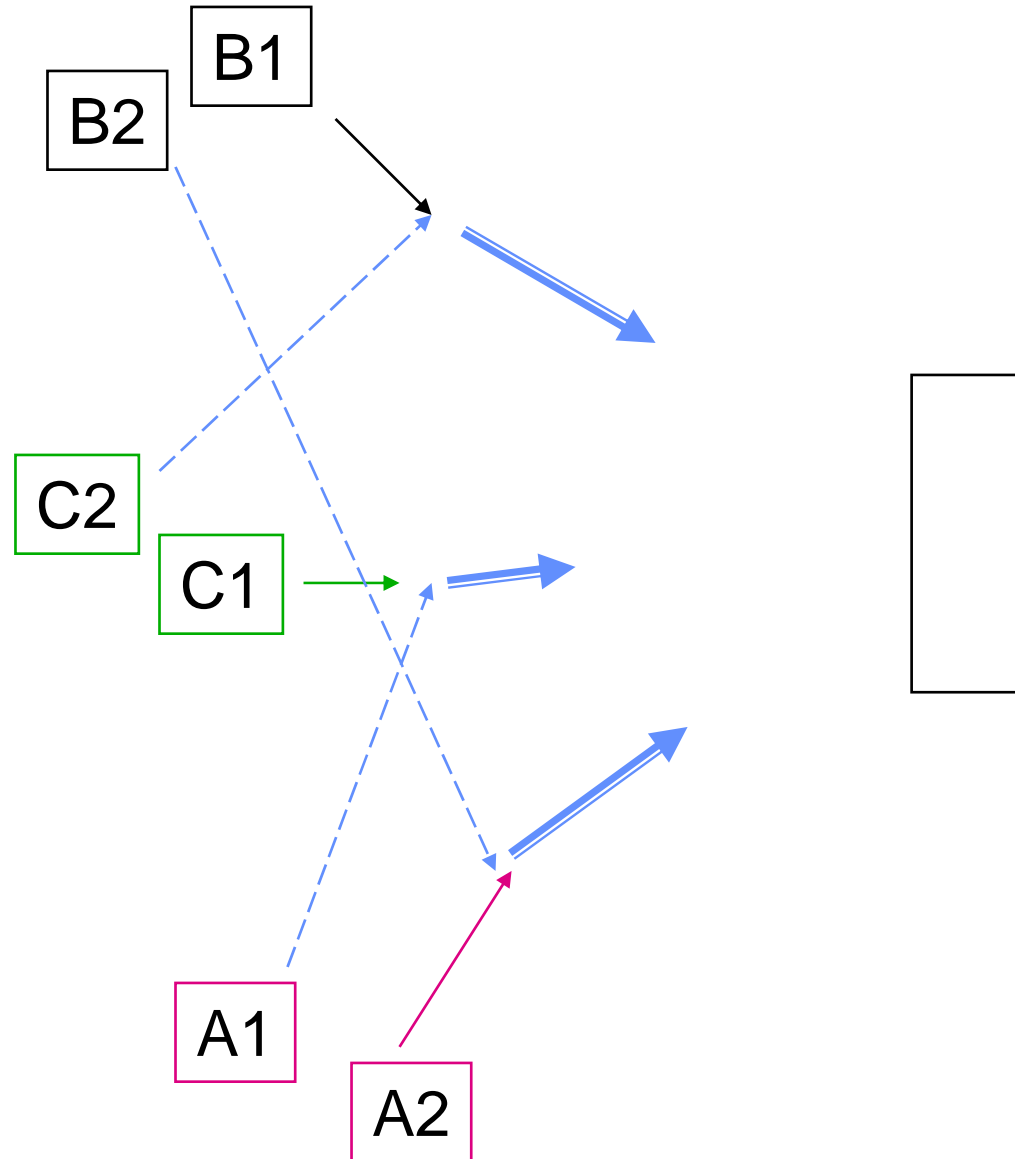
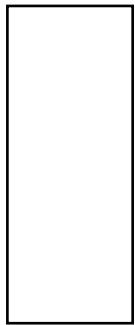


# Goalieübung



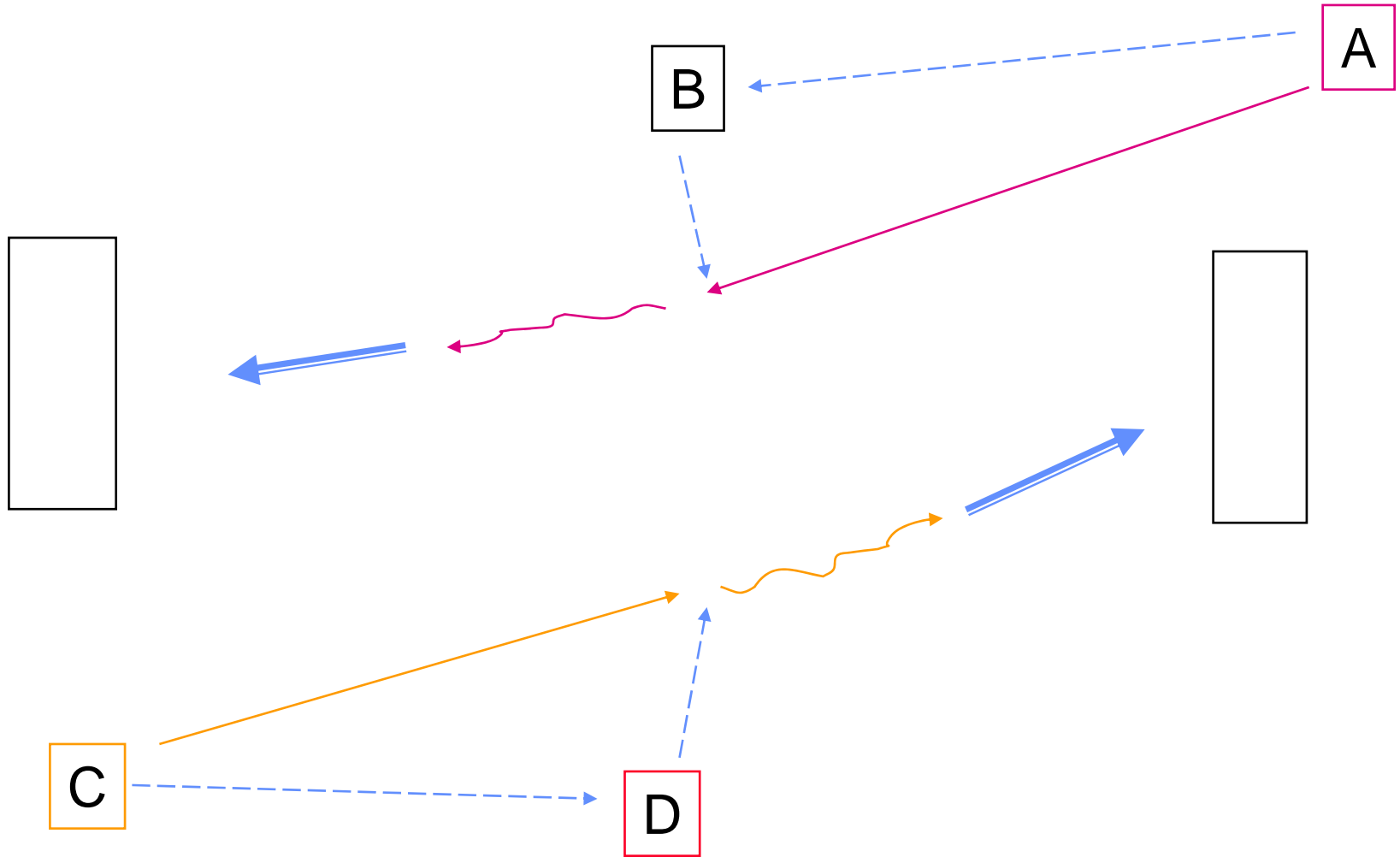
# Goalieübung

Keine Wechsel



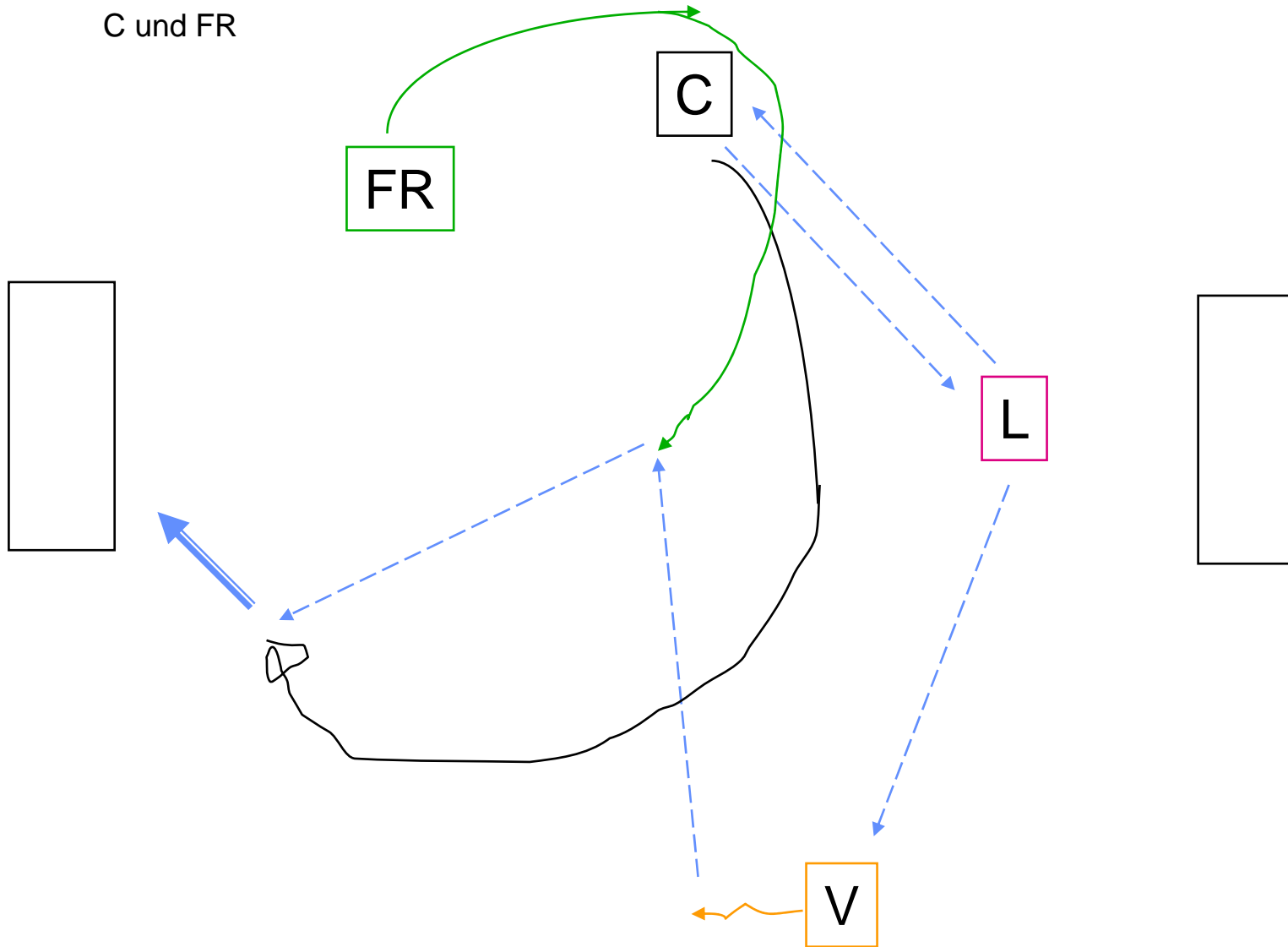
# Einschiessübung

Wechseln A-B/C-D



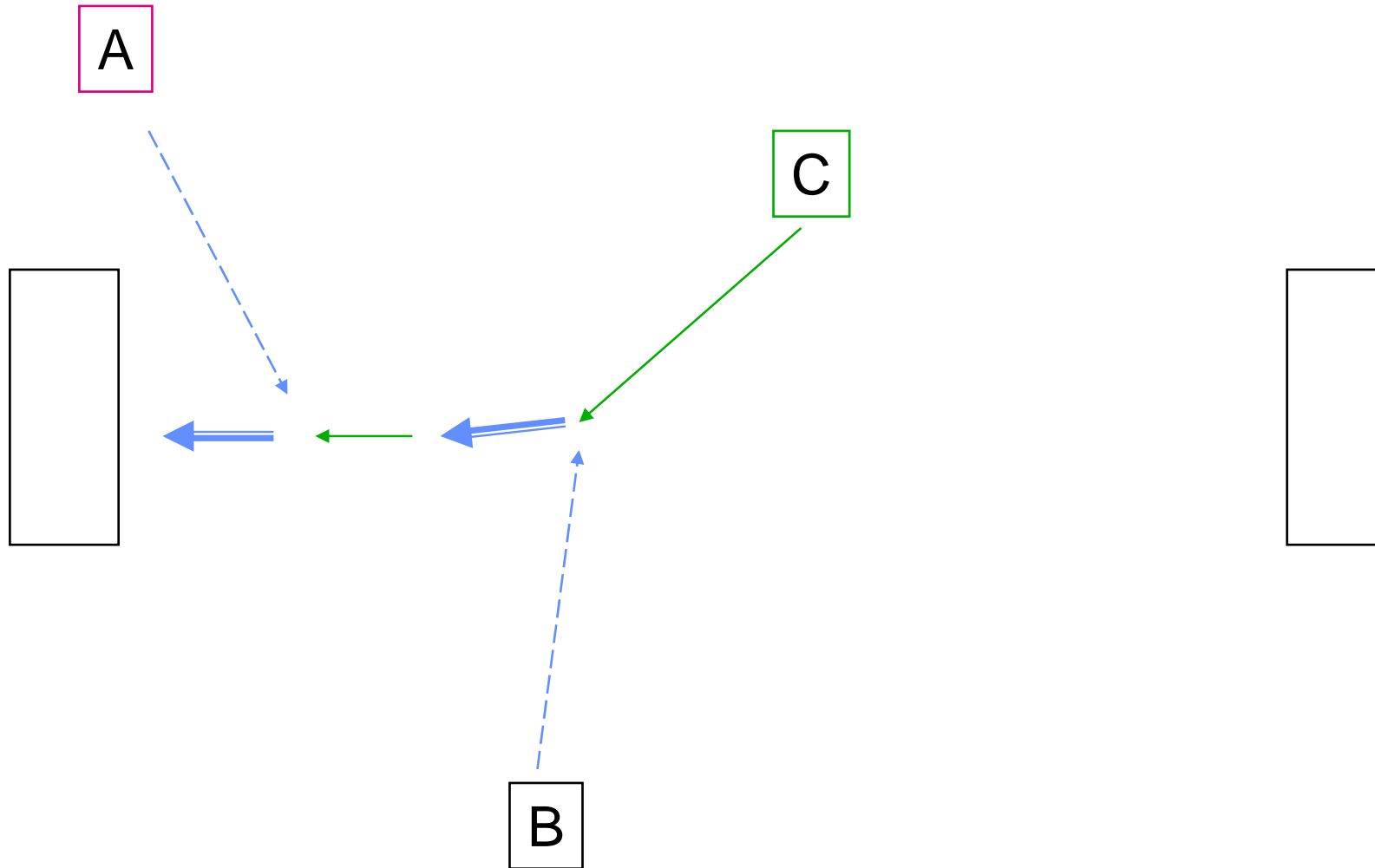
# Auslösung

Wechseln L und V  
C und FR



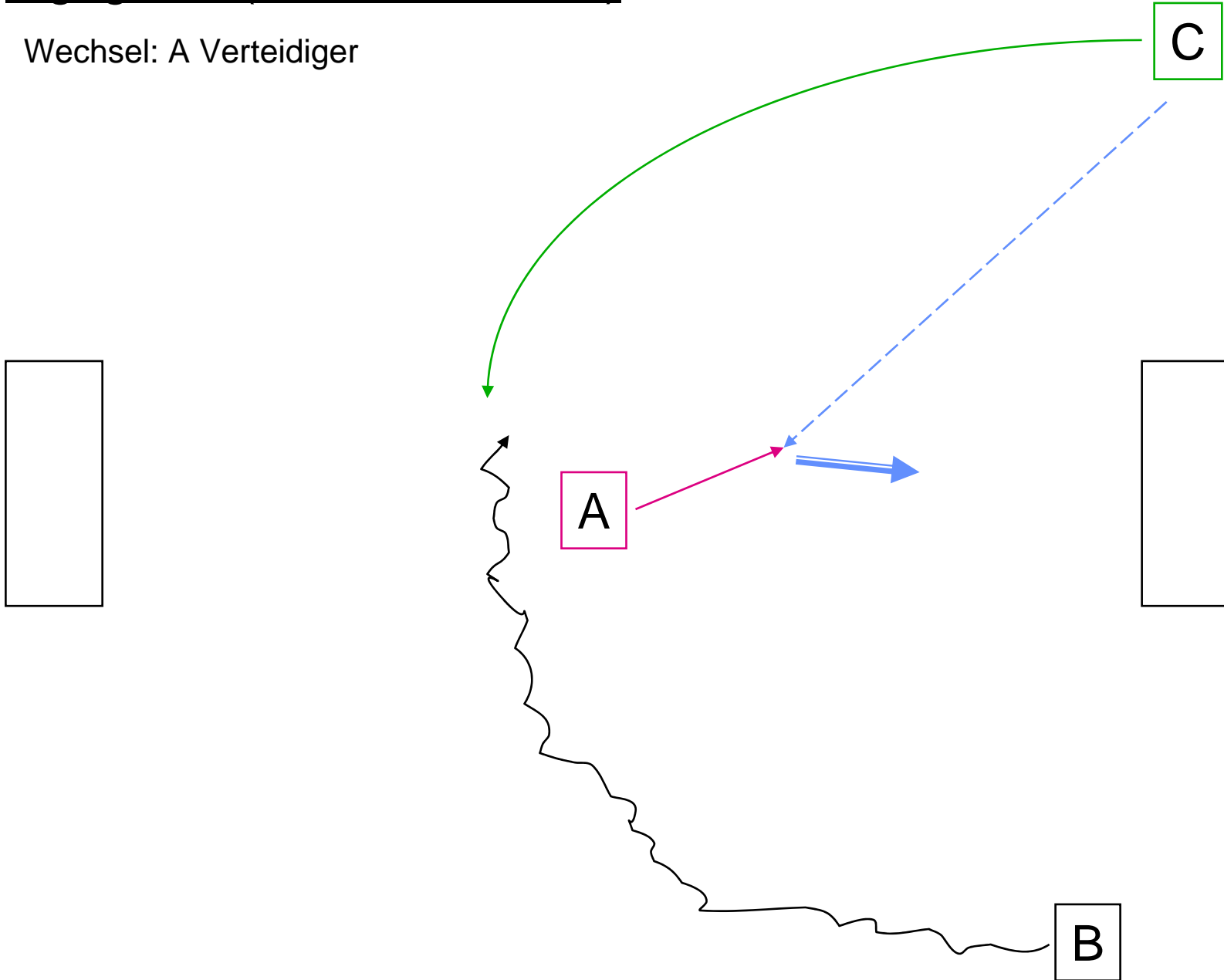
# Einschiessübung

Wechsel A-B-C



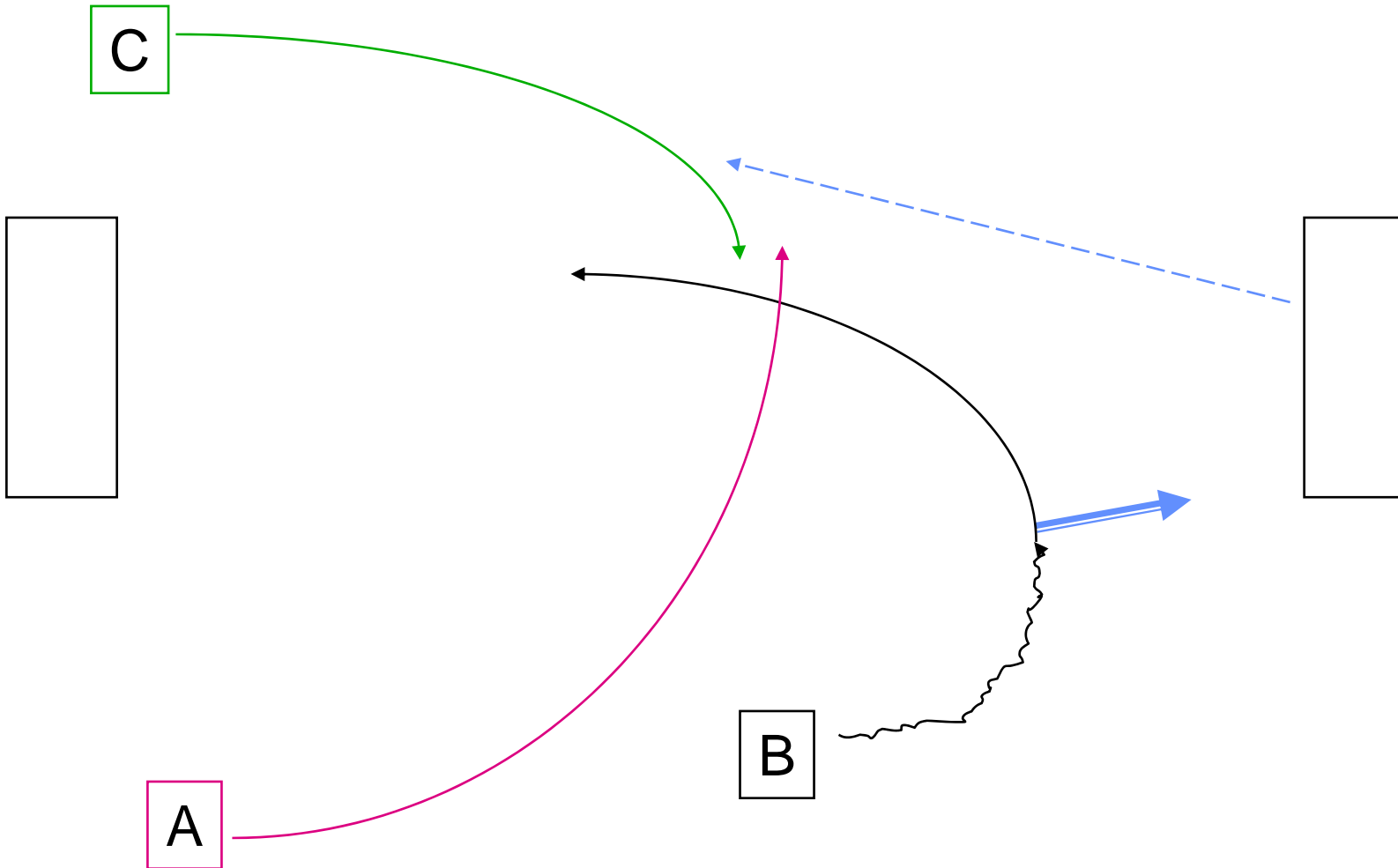
# 2 gegen 1 (Match einlaufen)

Wechsel: A Verteidiger



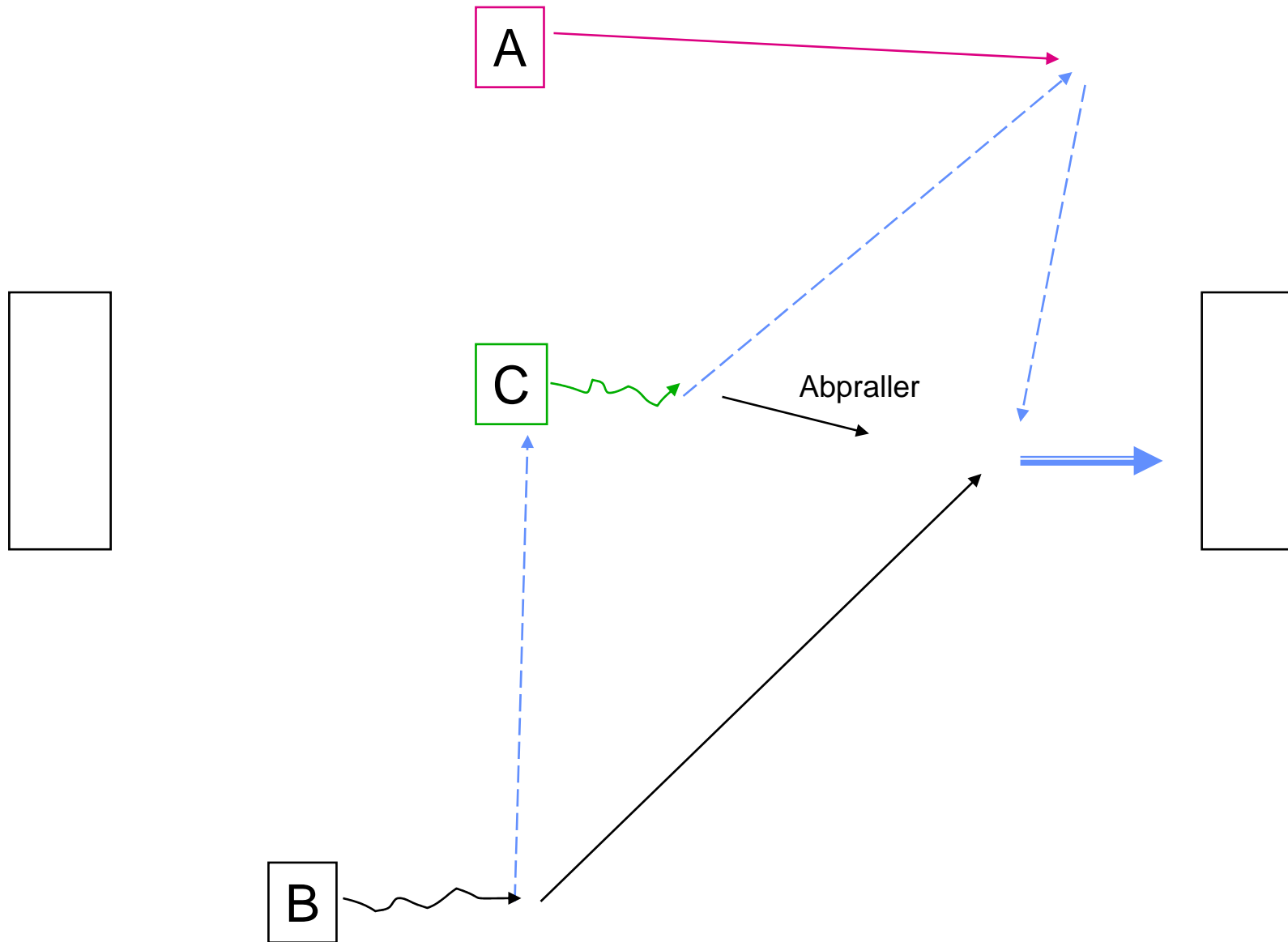
# 2 gegen 1

B spielt den Verteidiger beim 2-1/ auf beide Seiten



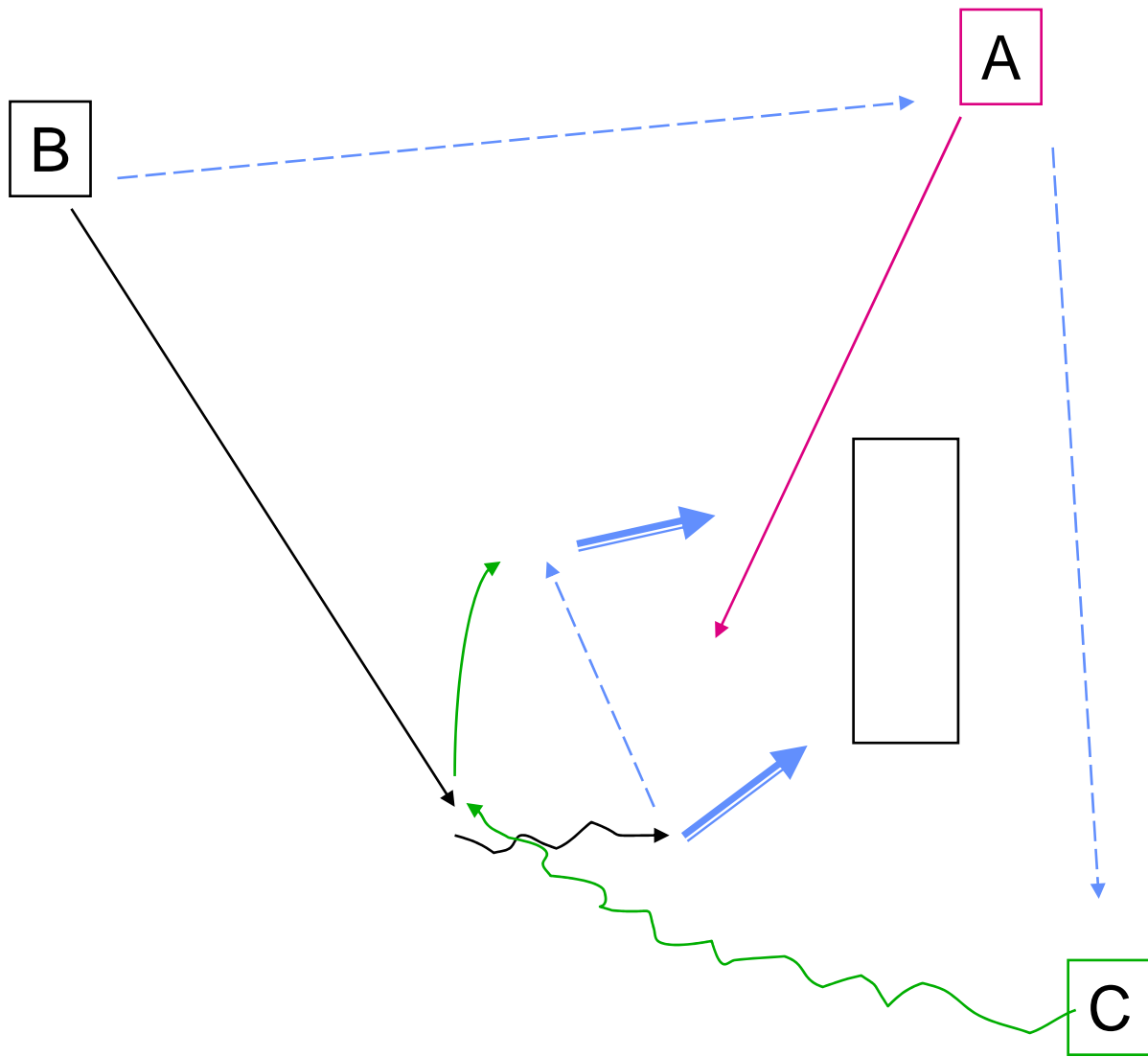
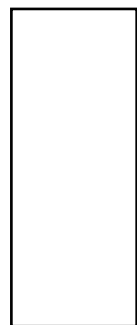
# Abschluss

Wechsel A-B-C



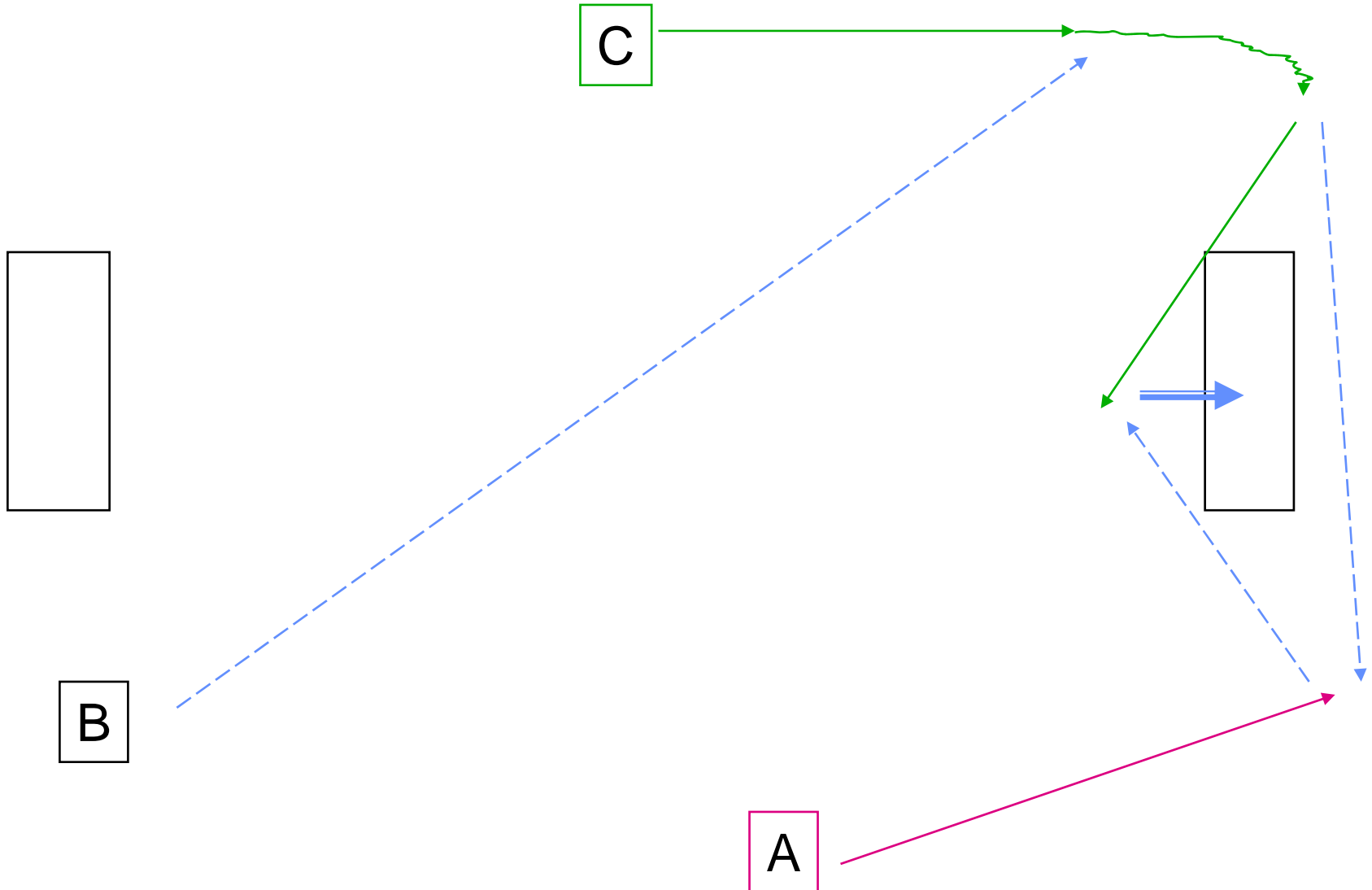
2-1

Wechsel A-B-C  
A spielt Verteidiger



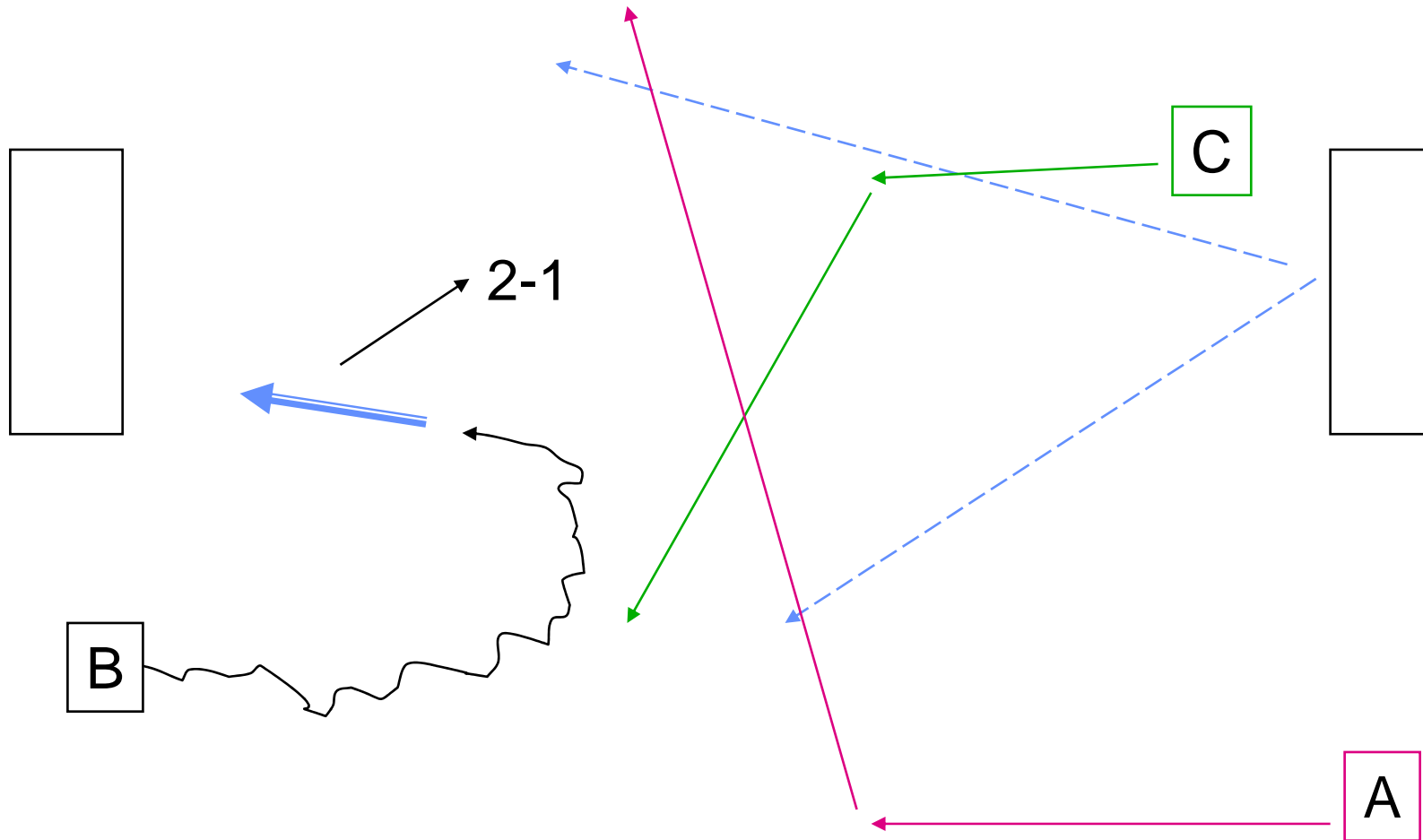
# Auslösung hoher Pass (1. Teil)

Wechsel: A-B-C



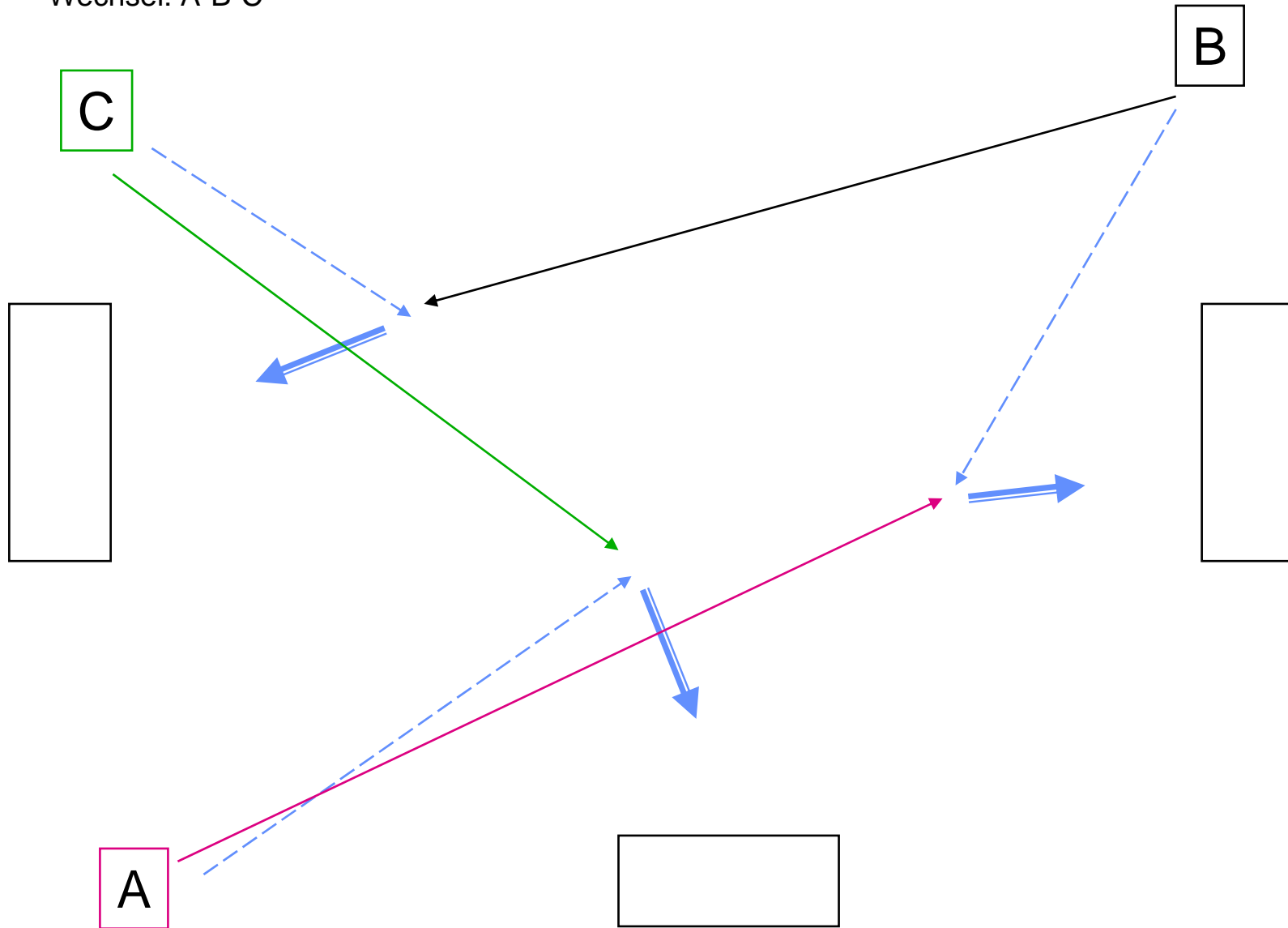
# Konter mit Goalieauswurf und 2-1 (2. Teil)

Wechsel: A-B-C



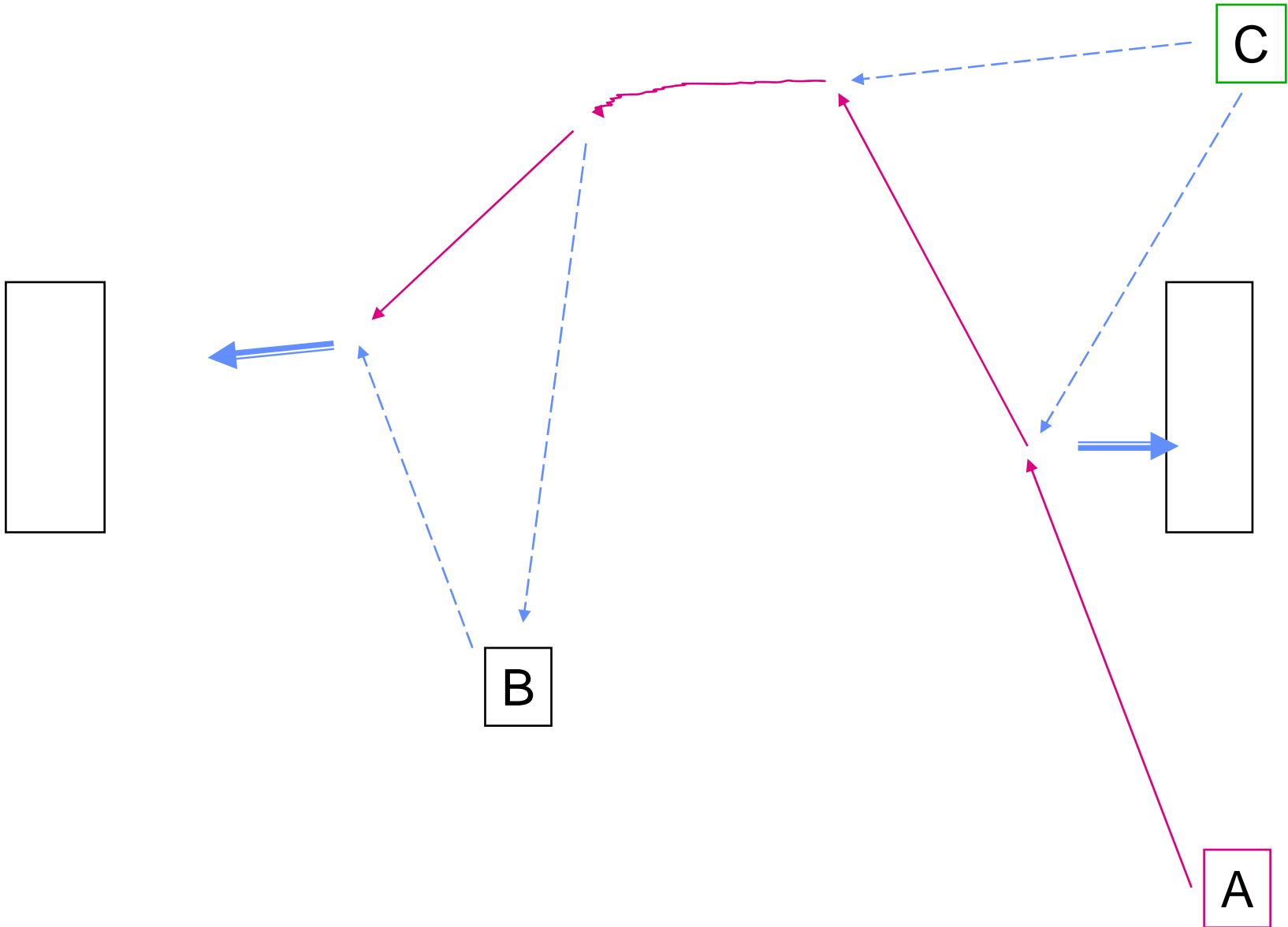
# Direktschuss

Wechsel: A-B-C



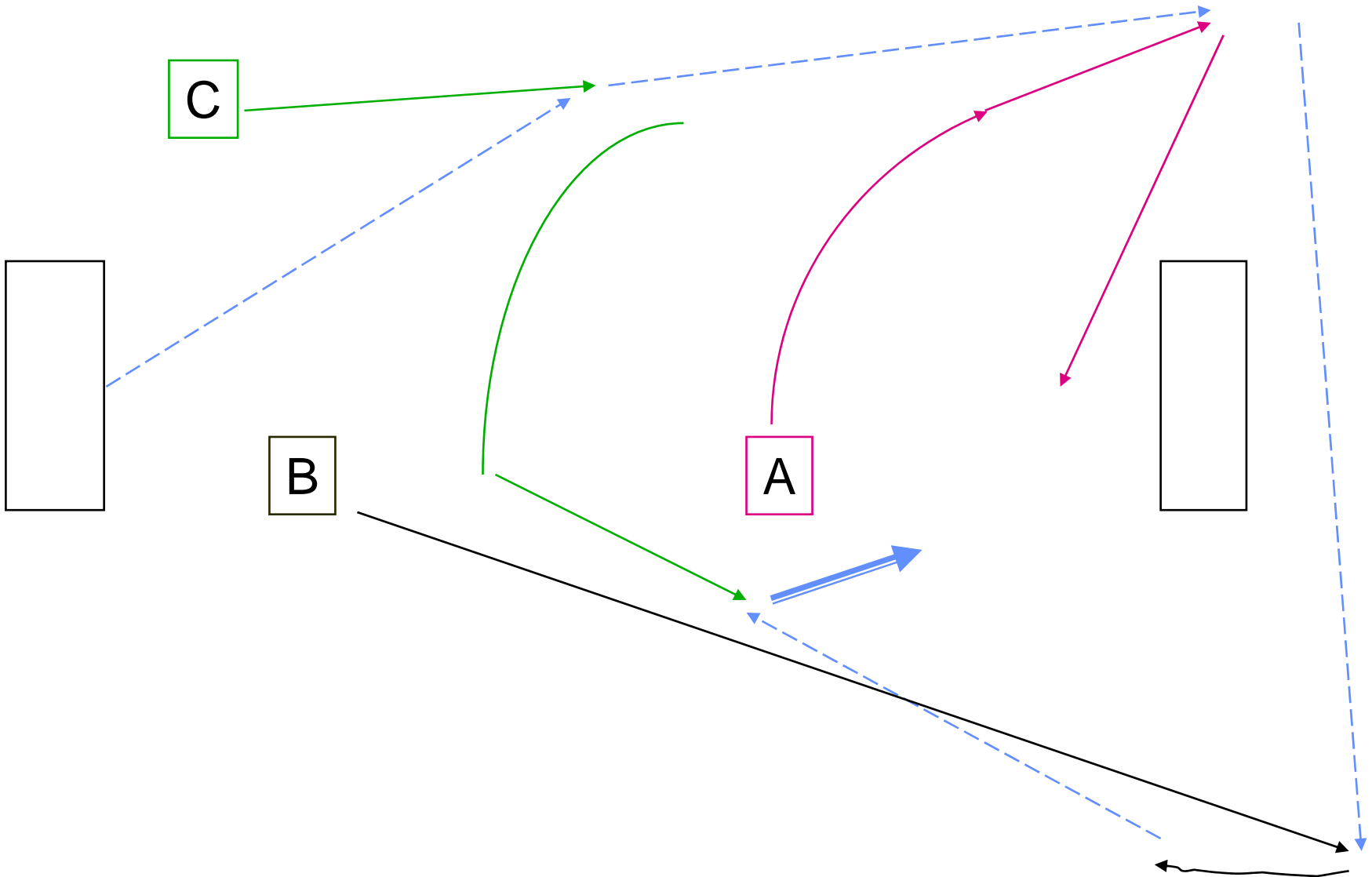
# Abschlussübung

Wechsel: A-B-C



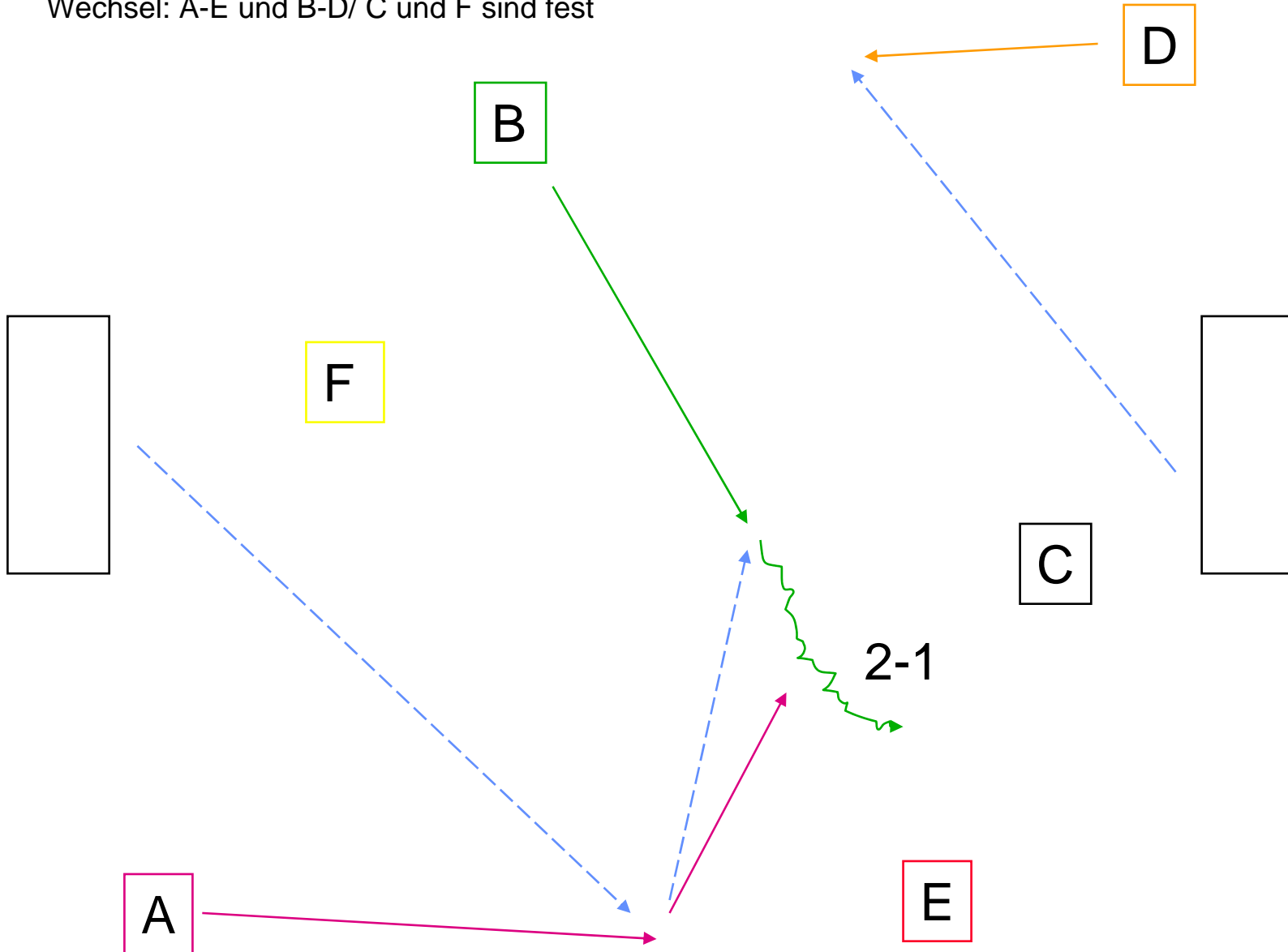
# Auslösung mit Seitenwechsel

Wechsel: A-B-C



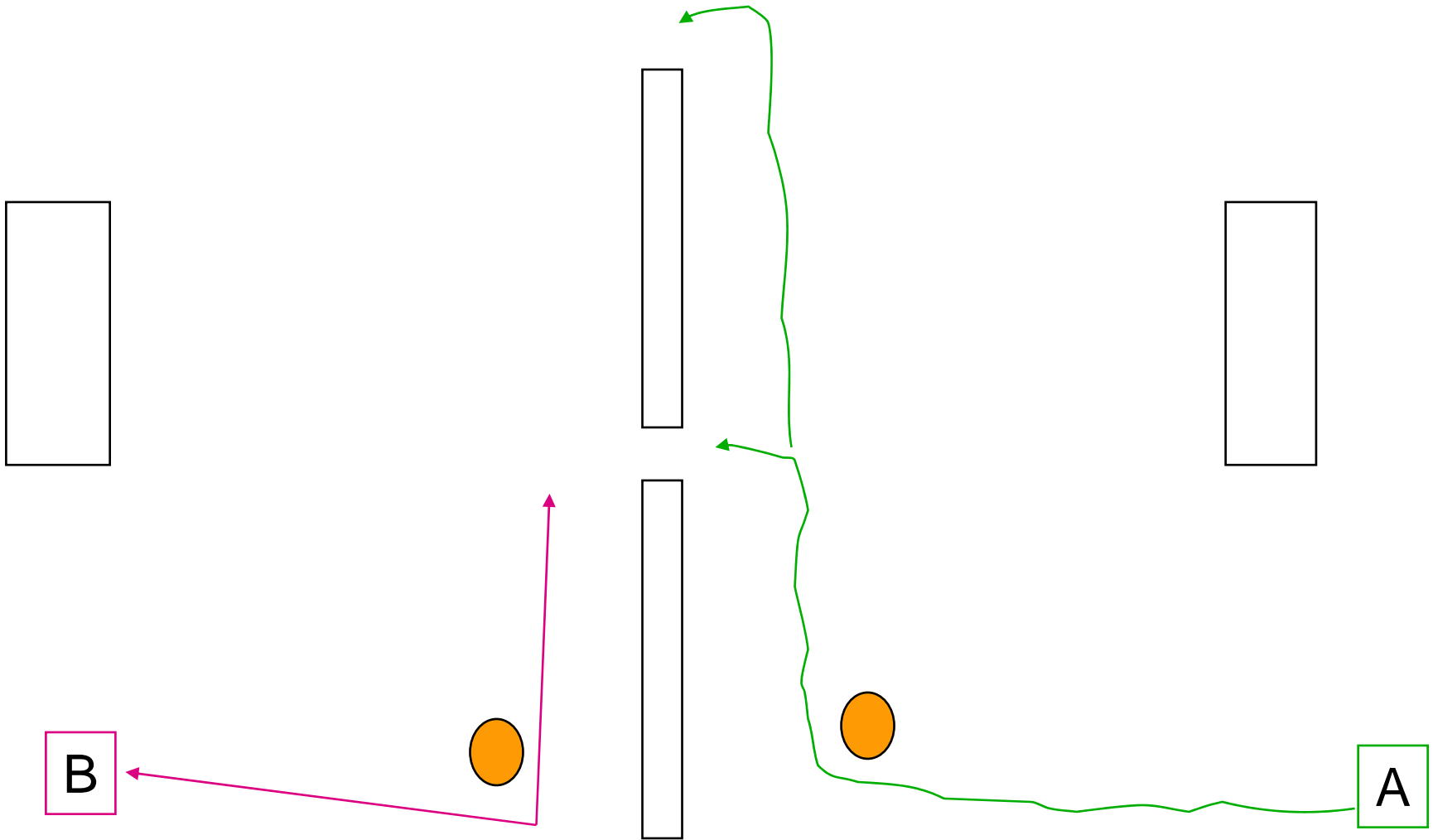
# Zweikampf 2-1

Wechsel: A-E und B-D/ C und F sind fest



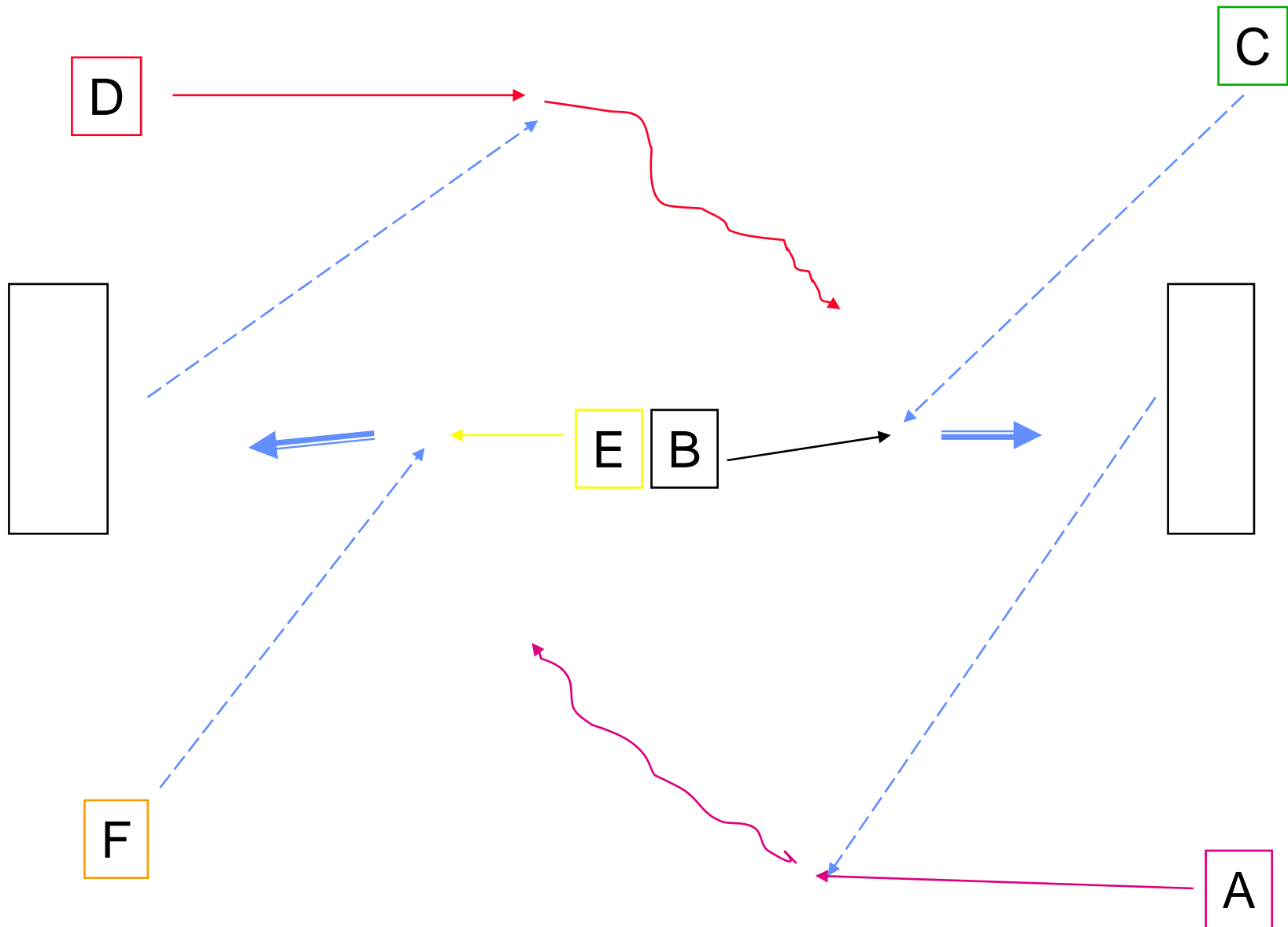
# Zweikampf 1-1

Wechsel: A-B



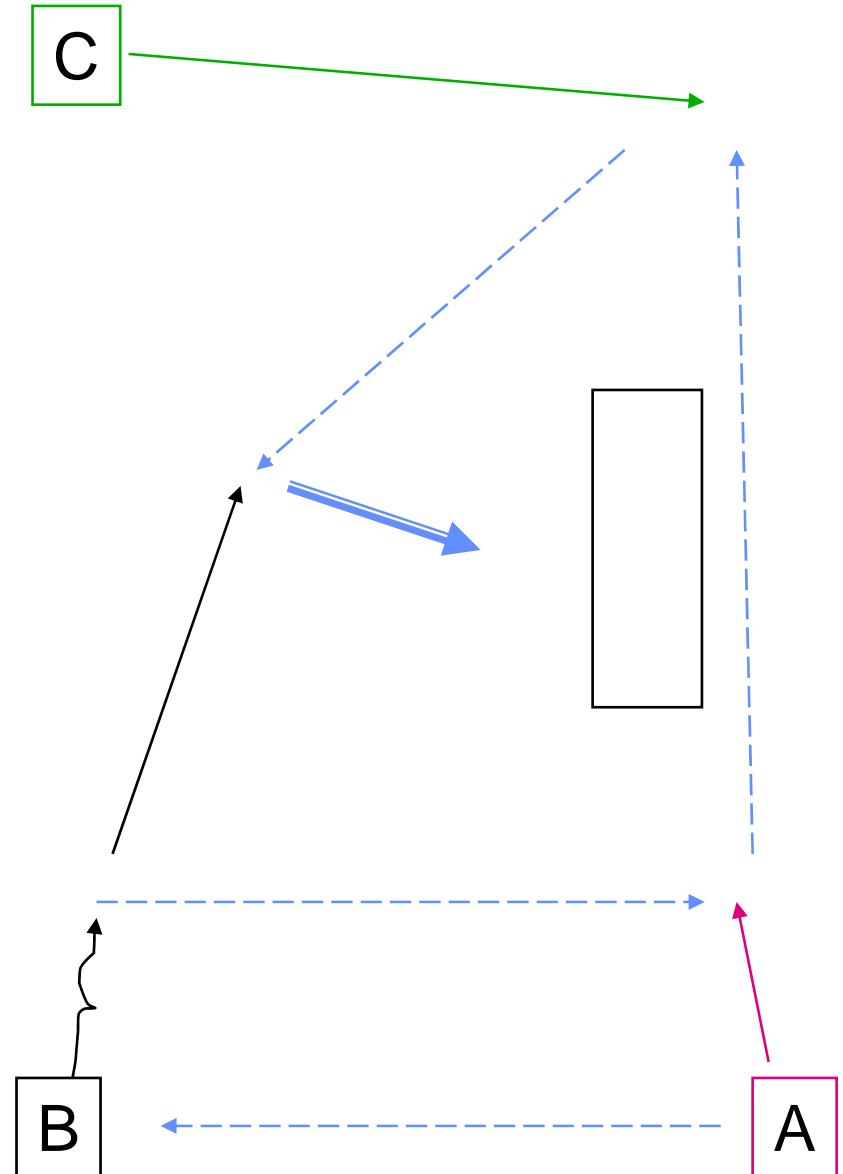
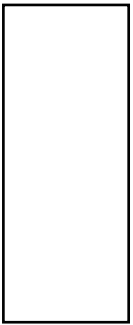
# Zweikampf 1-1 (E und B sind Verteidiger)

Wechsel: A-F-E-D-C-B-A



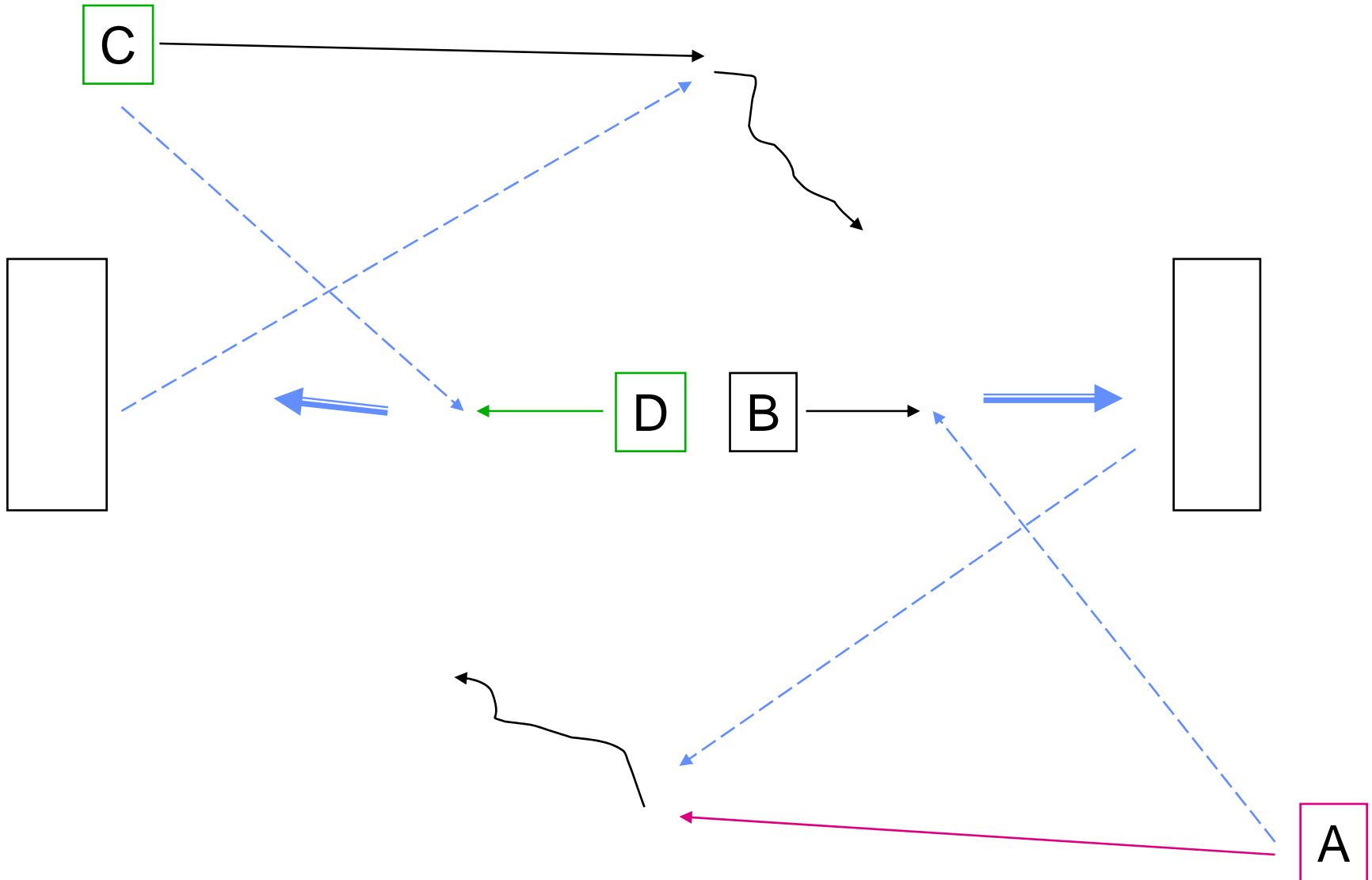
# Abschlussübung

Wechsel: A-B-C



# Zweikampfübung 1-1

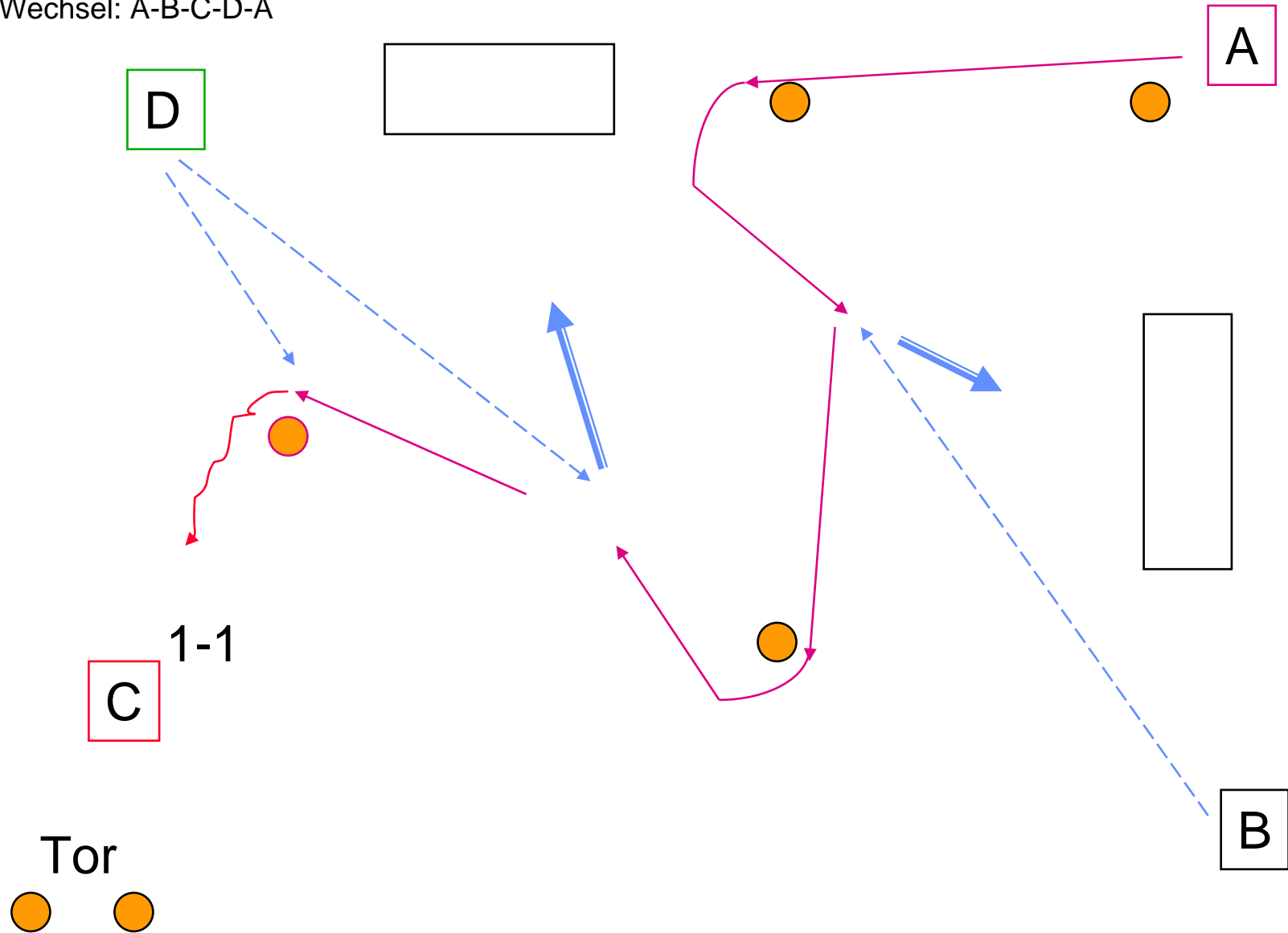
Wechsel: A-D-C-B-A





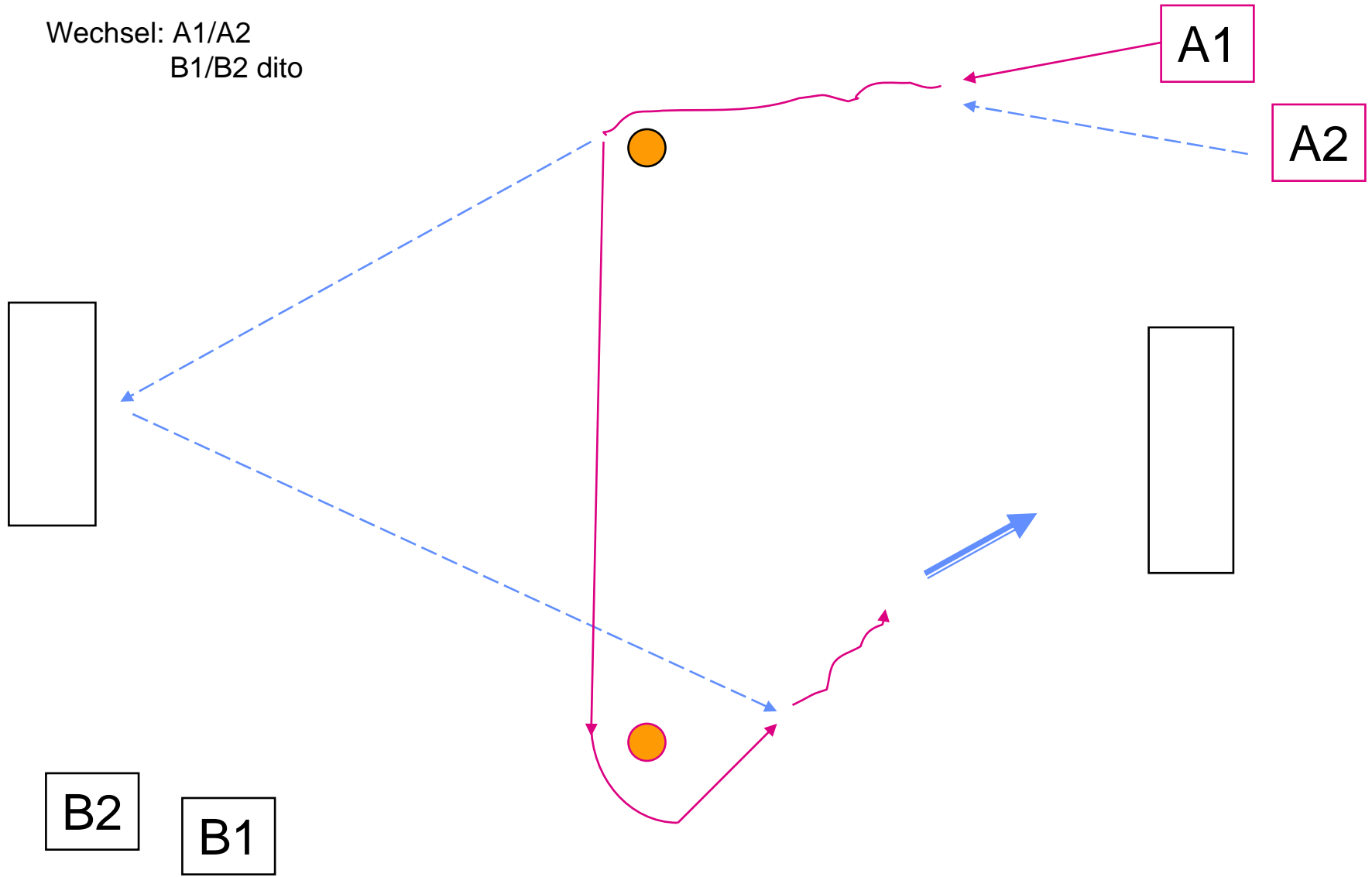
# Schussparcours/1-1

Wechsel: A-B-C-D-A



# Auslösung mit Goalieauswurf

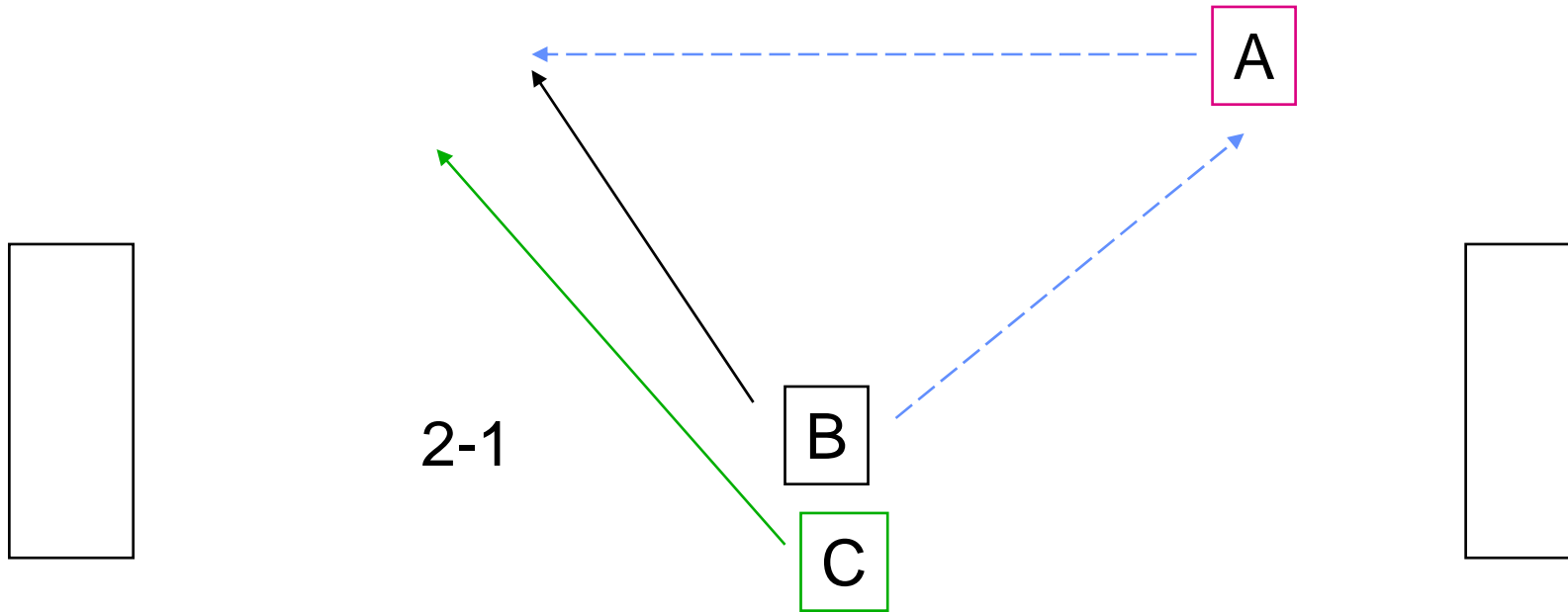
Wechsel: A1/A2  
B1/B2 dito



# Zweikampfübung 2-1

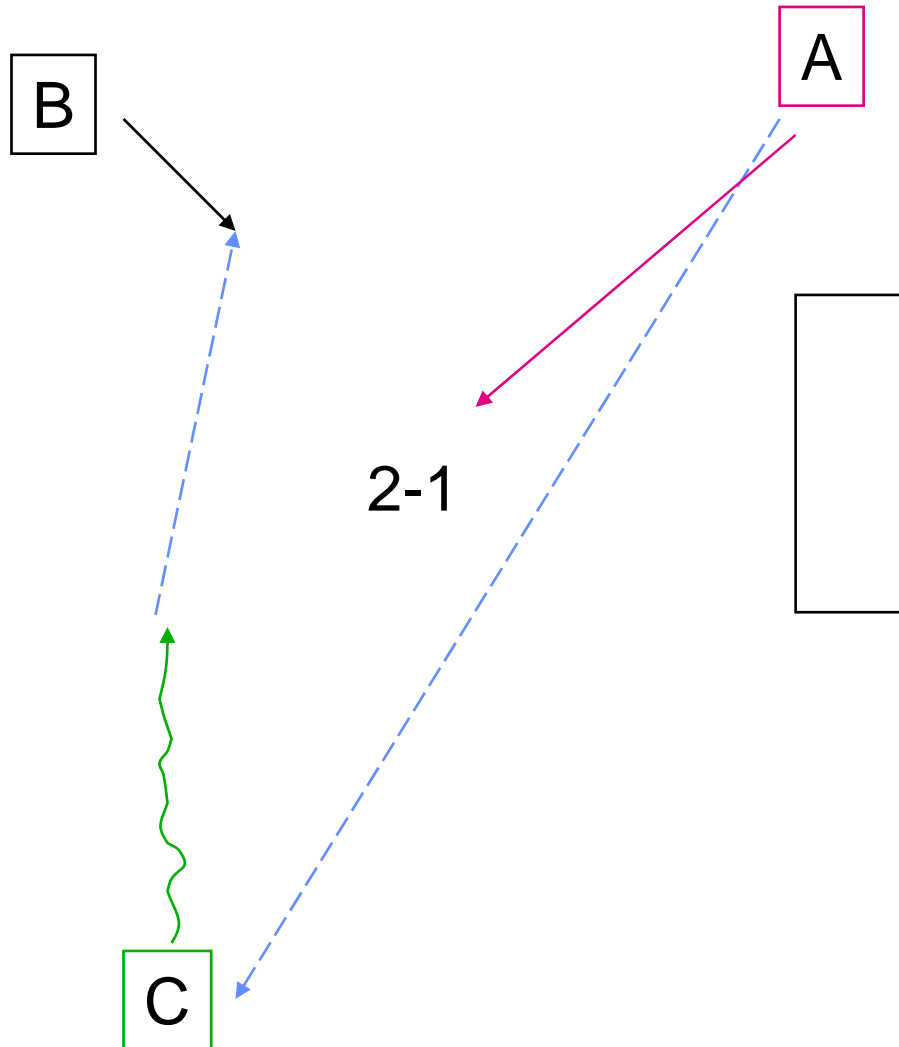
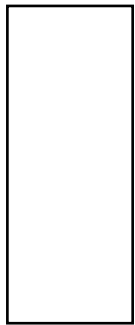
Wechsel: A-B-C-A

C verteidigt/ B und C laufen gleichzeitig an



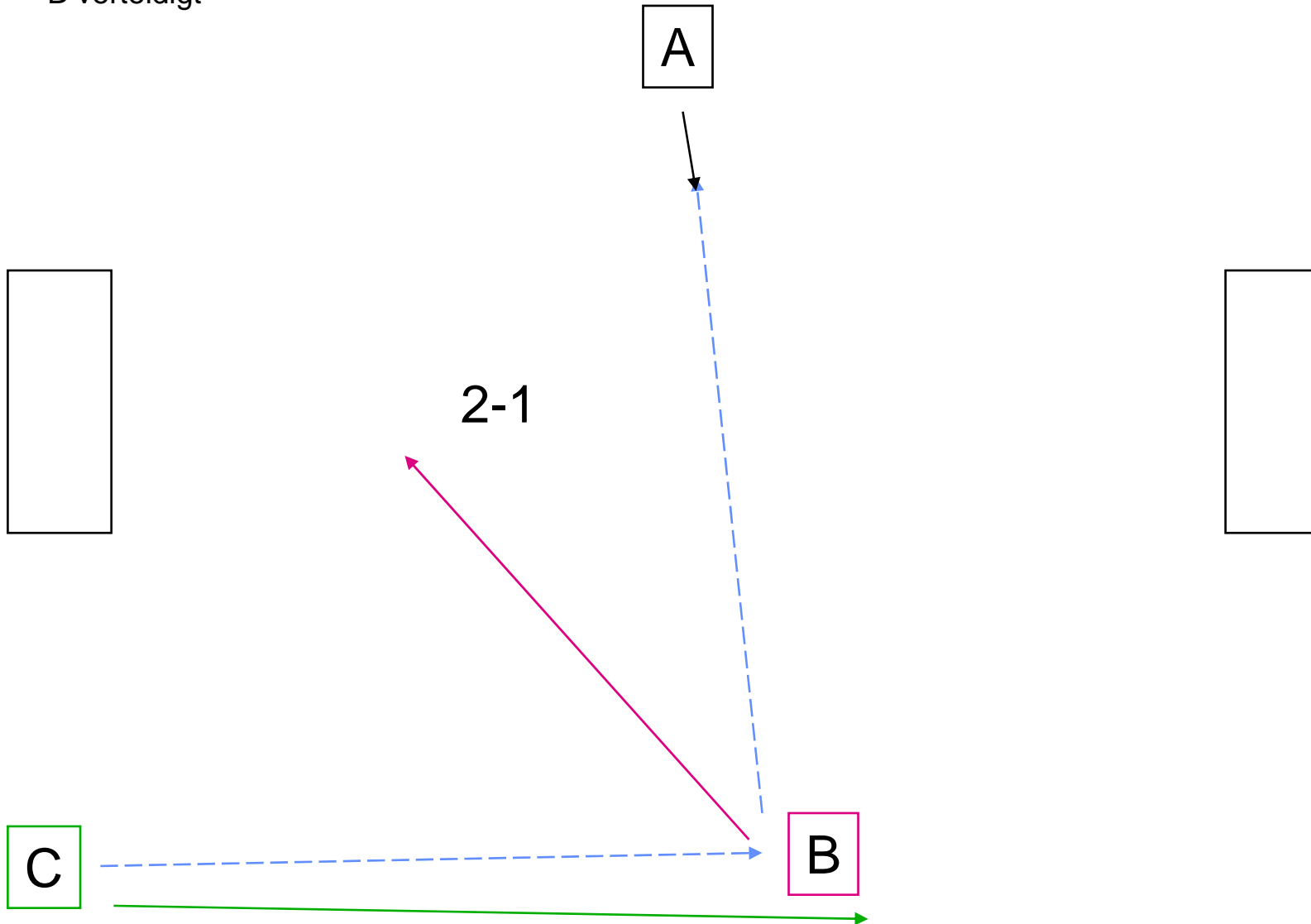
# Zweikampfübung 2-1

Wechsel: A-B-C-A  
A verteidigt/ C läuft quer

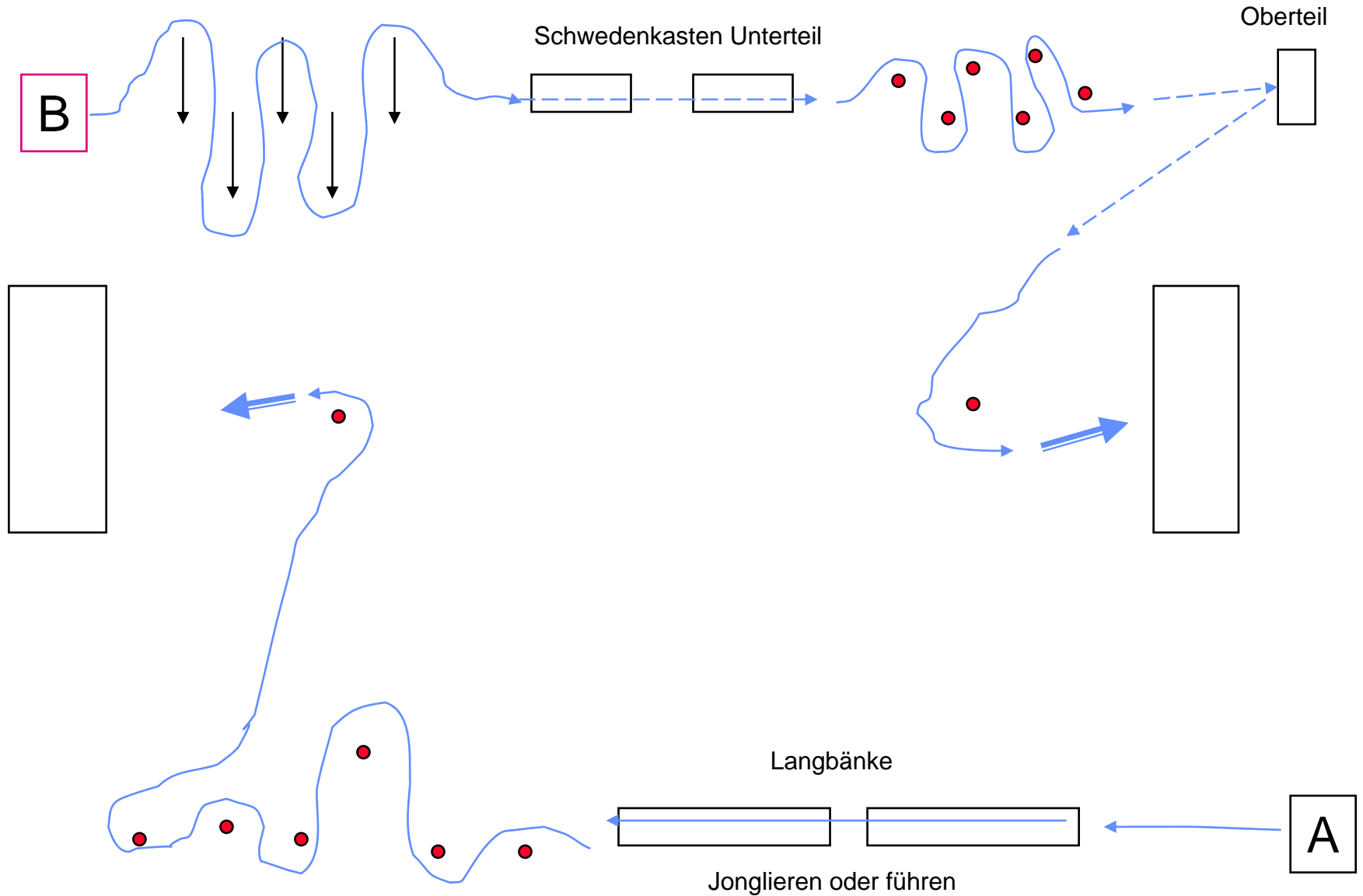


# Zweikampfübung 2-1

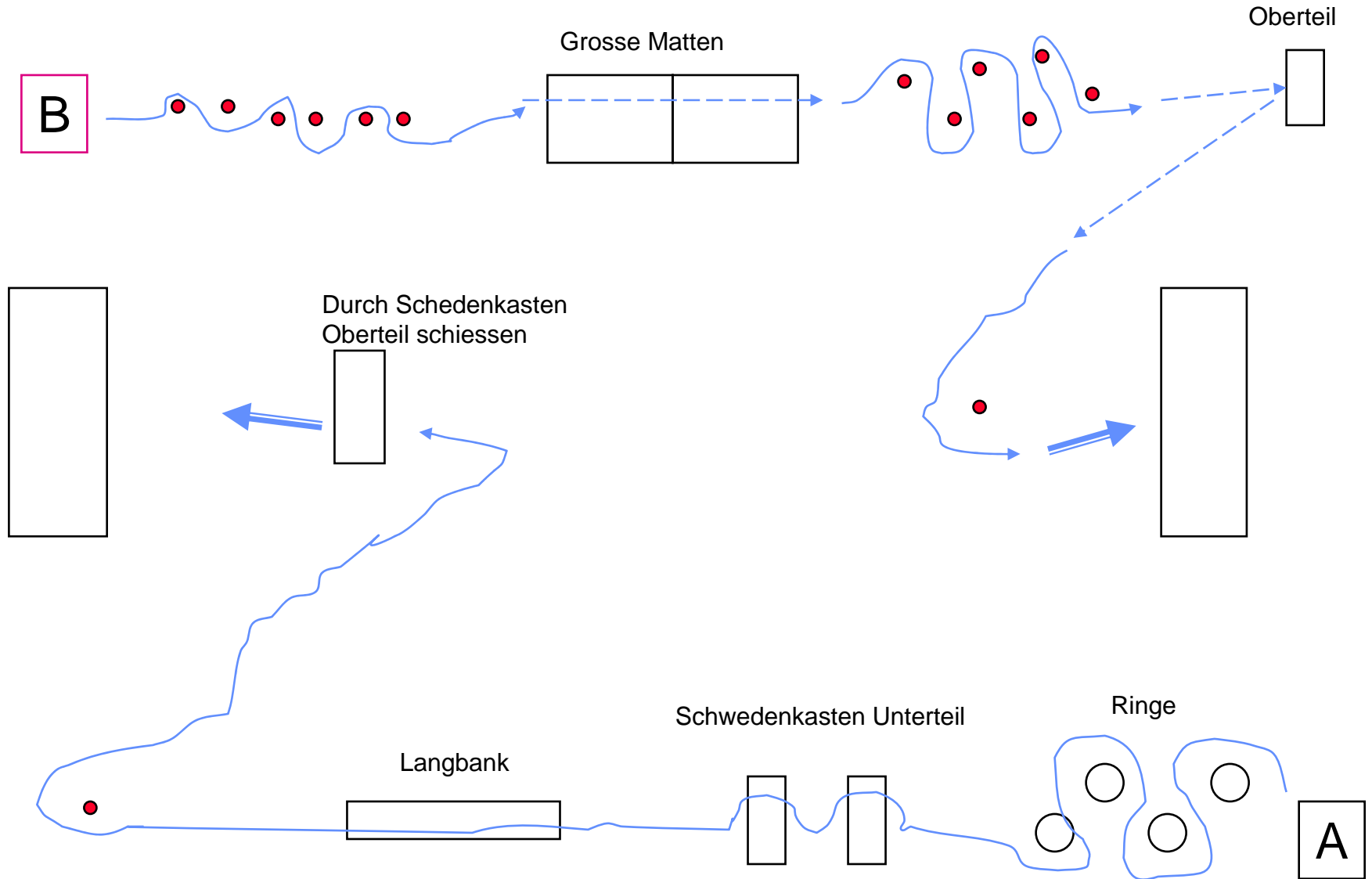
Wechsel: A-B-C-A  
B verteidigt



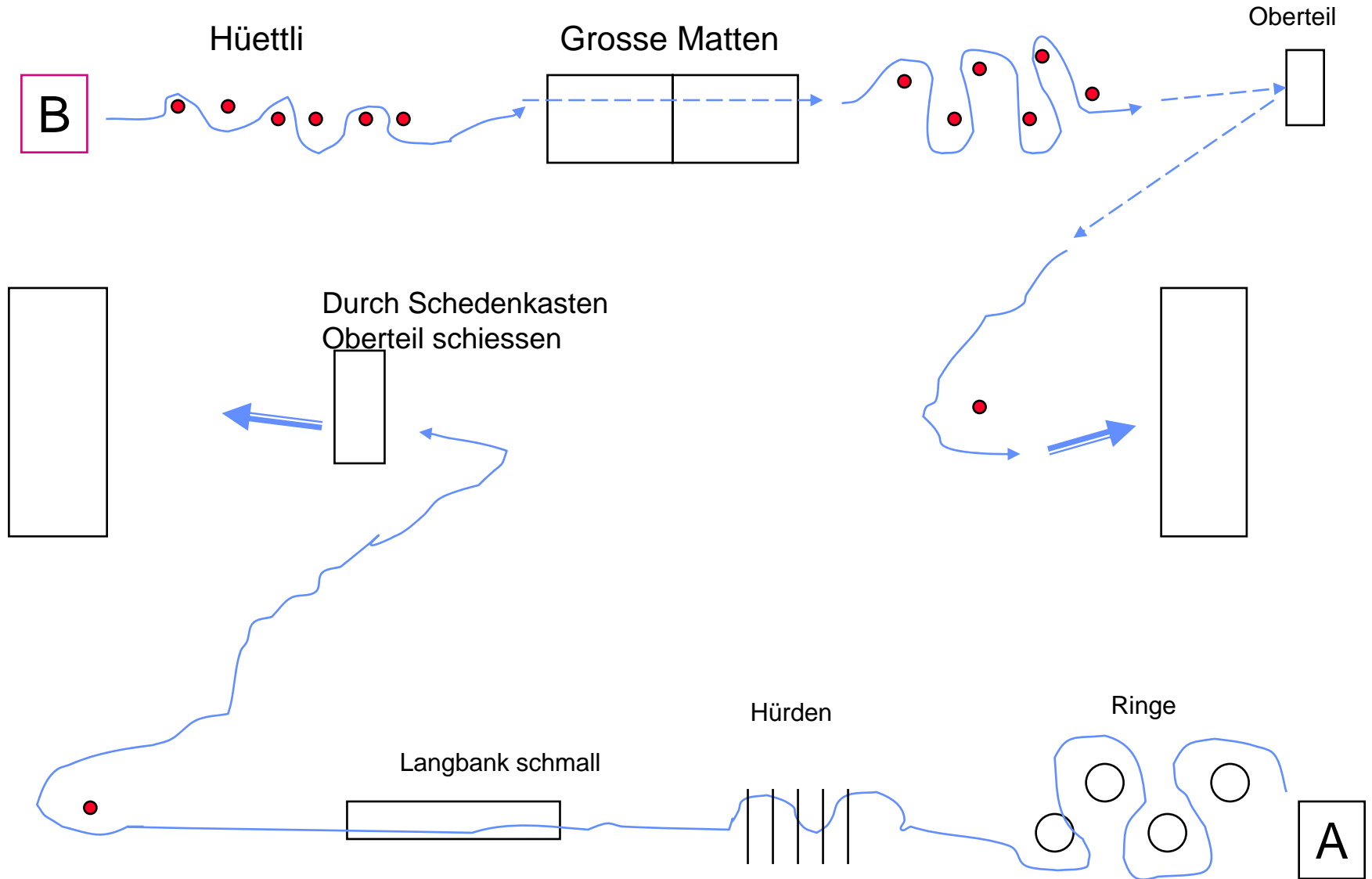
# Technikübung



# Technikübung

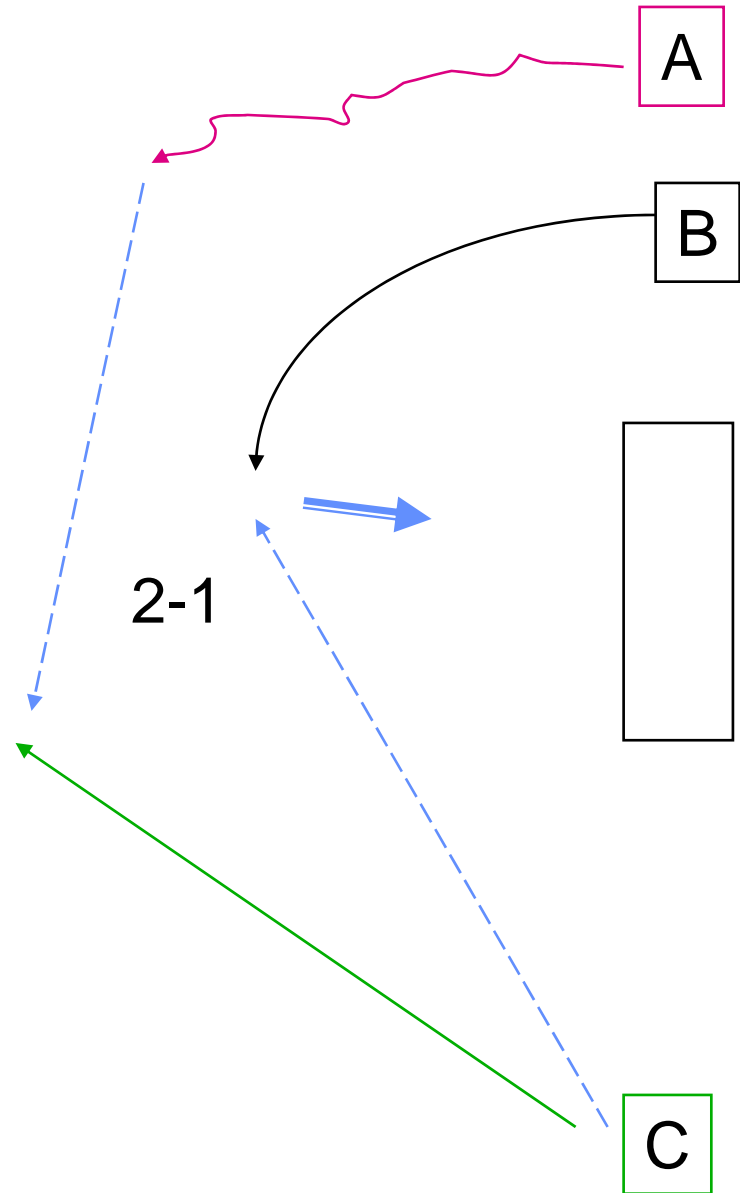
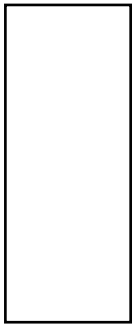


# Technikübung



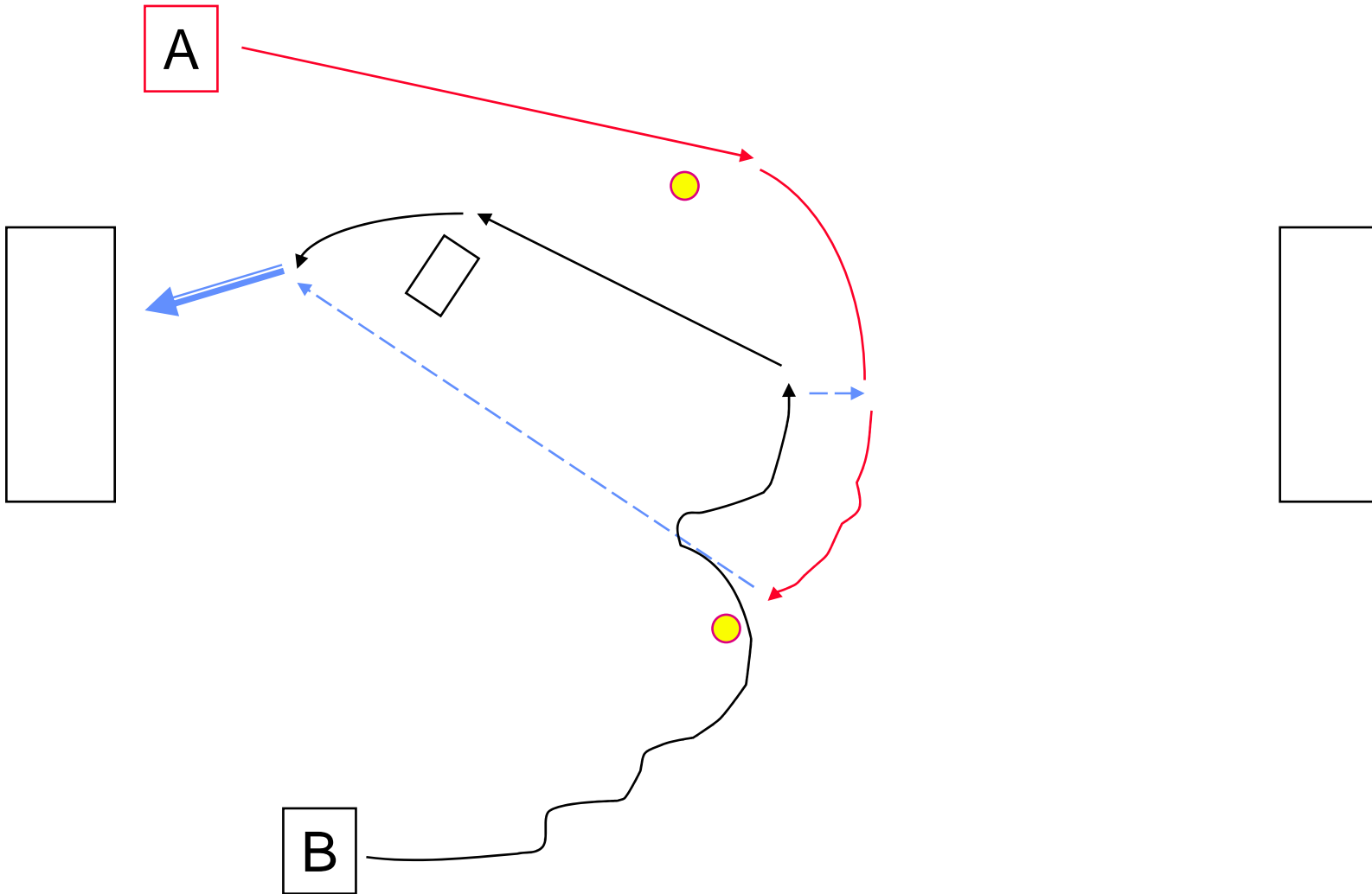
# Zweikampfübung 2-1

Wechsel: A-B-C-A  
B verteidigt/ C läuft quer



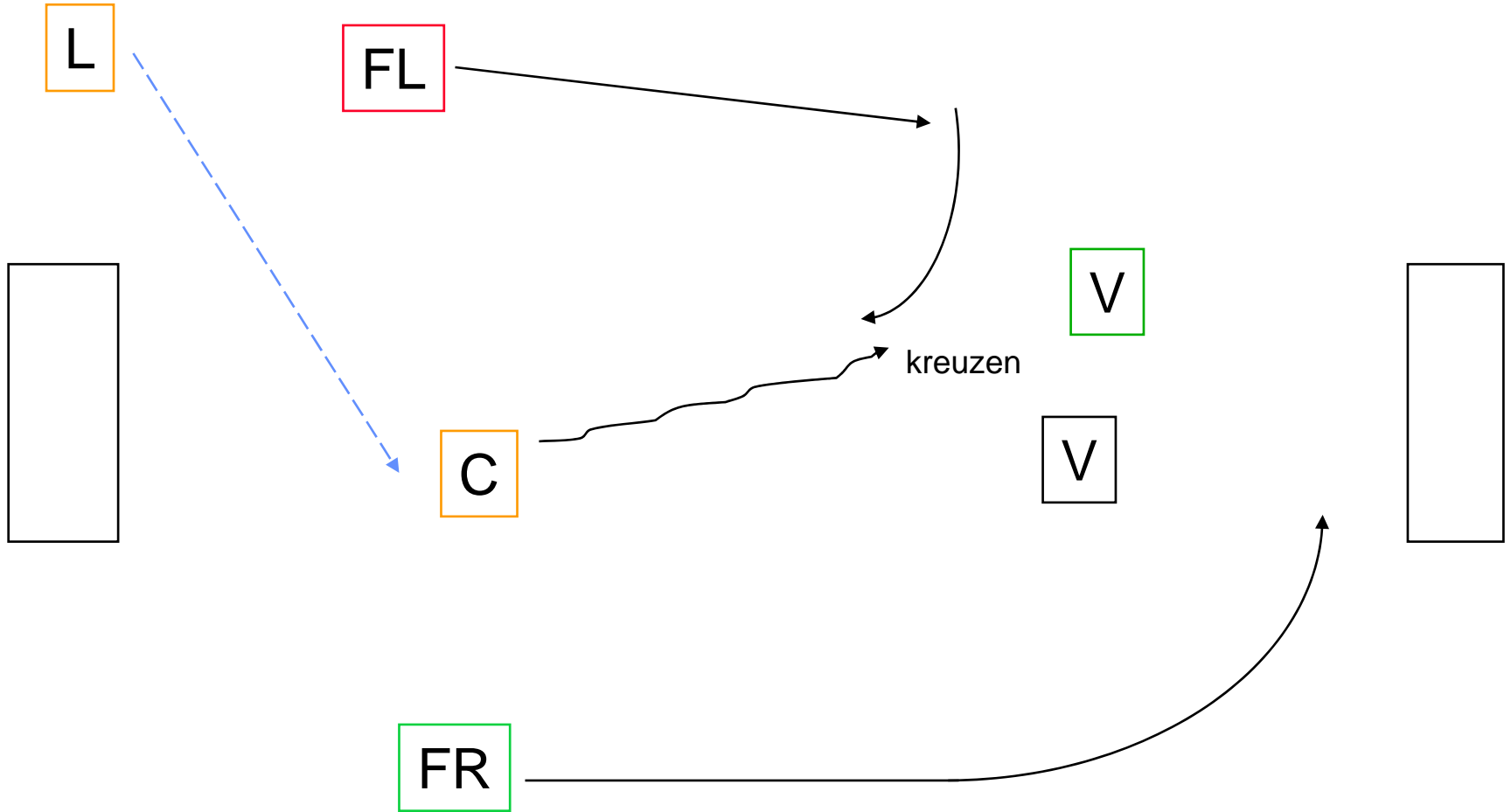
# Kreuzen, Pass in freien Raum, Abschluss

Wechsel: A-B

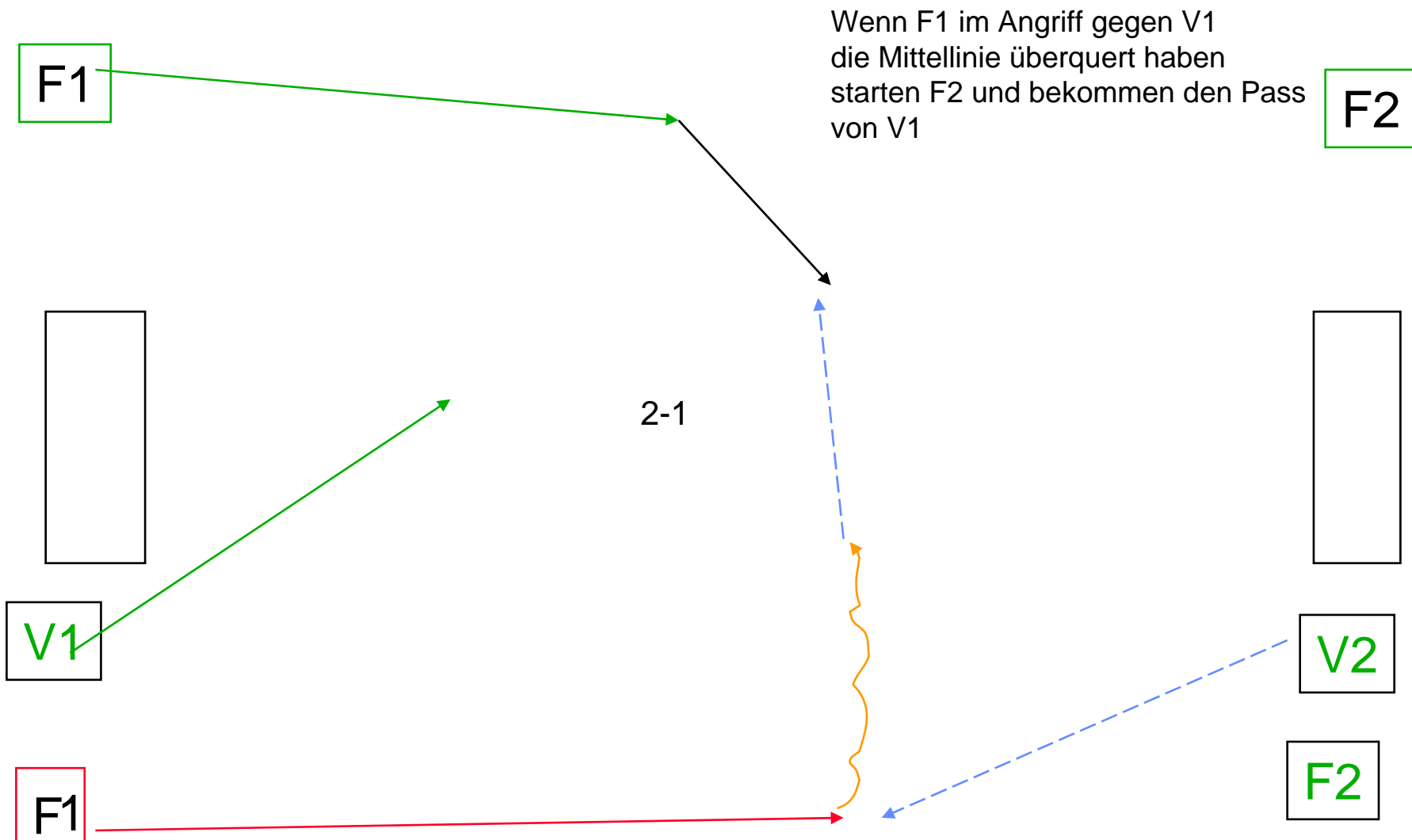


# 3-2 mit kreuzen

Wechsel:A B C D

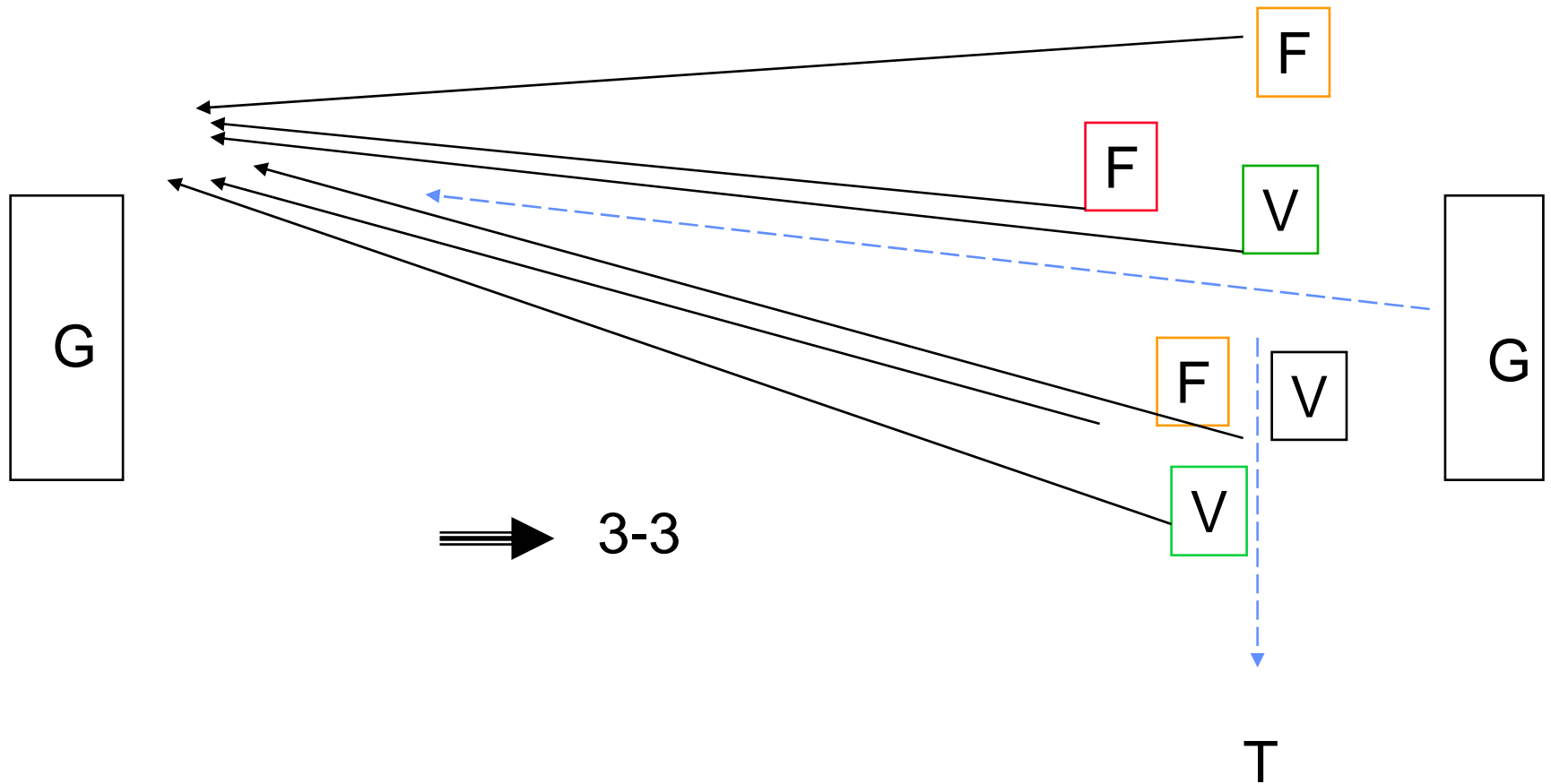


# 2-1



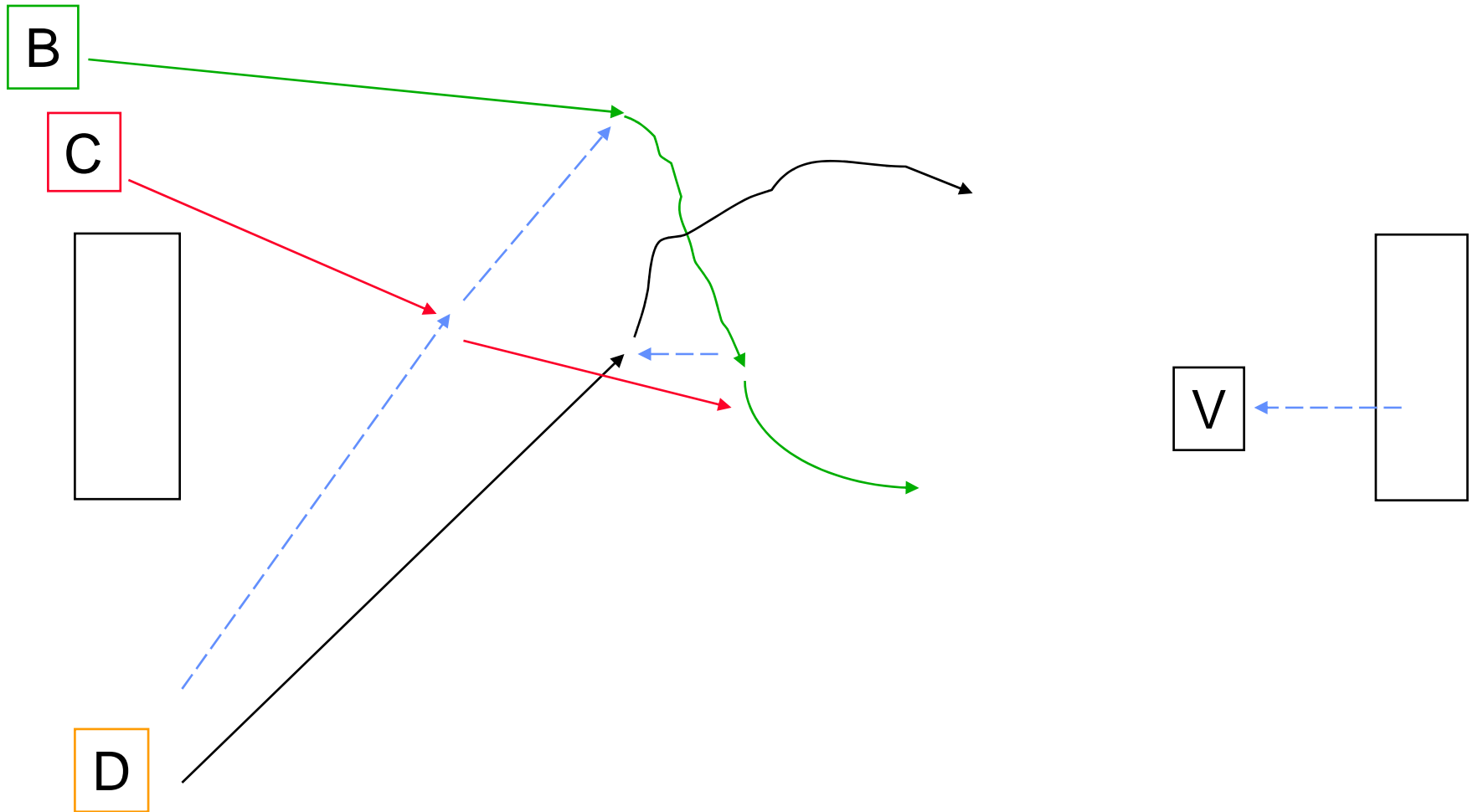
# Zweikampf, 3-3

V und F sind je eine Mannschaft. Jede Mannschaft versucht sich 4 mal hintereinander den Ball zuzuwerfen. Wenn dies geschafft ist, werfen sie den Ball dem Trainer zu, sprinten in die Ecke, nehmen ihren Stock, bekommen Ball (Auswurf) und machen 3-3 mit Torabschluss.

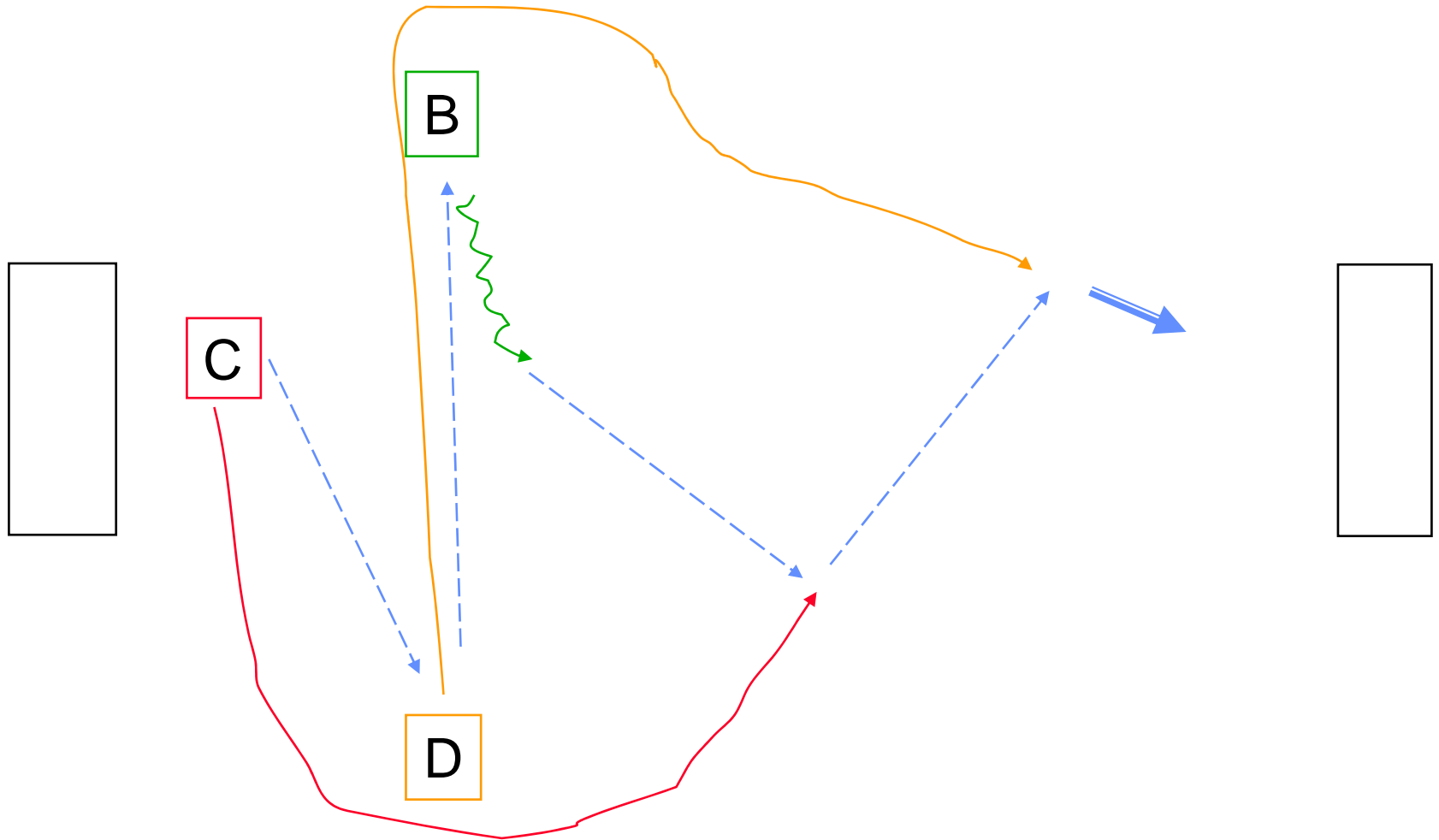


# Tempo mit Abschluss und Backchecking

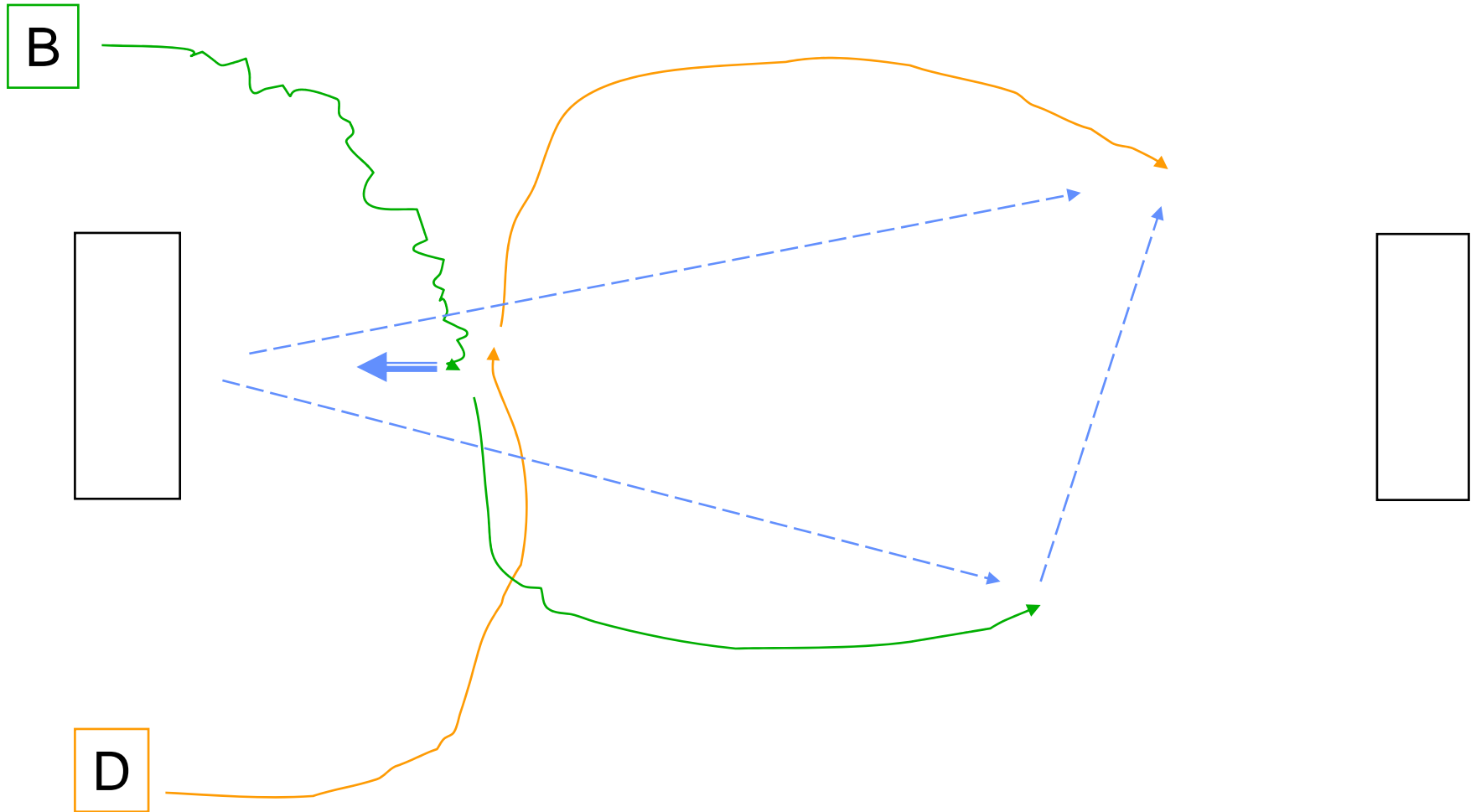
B und D machen ein 2-1 gegen V, nach Abschluss bekommt V den Ball vom Goalie und macht mit D ein 2-1 gegen C, B bleibt



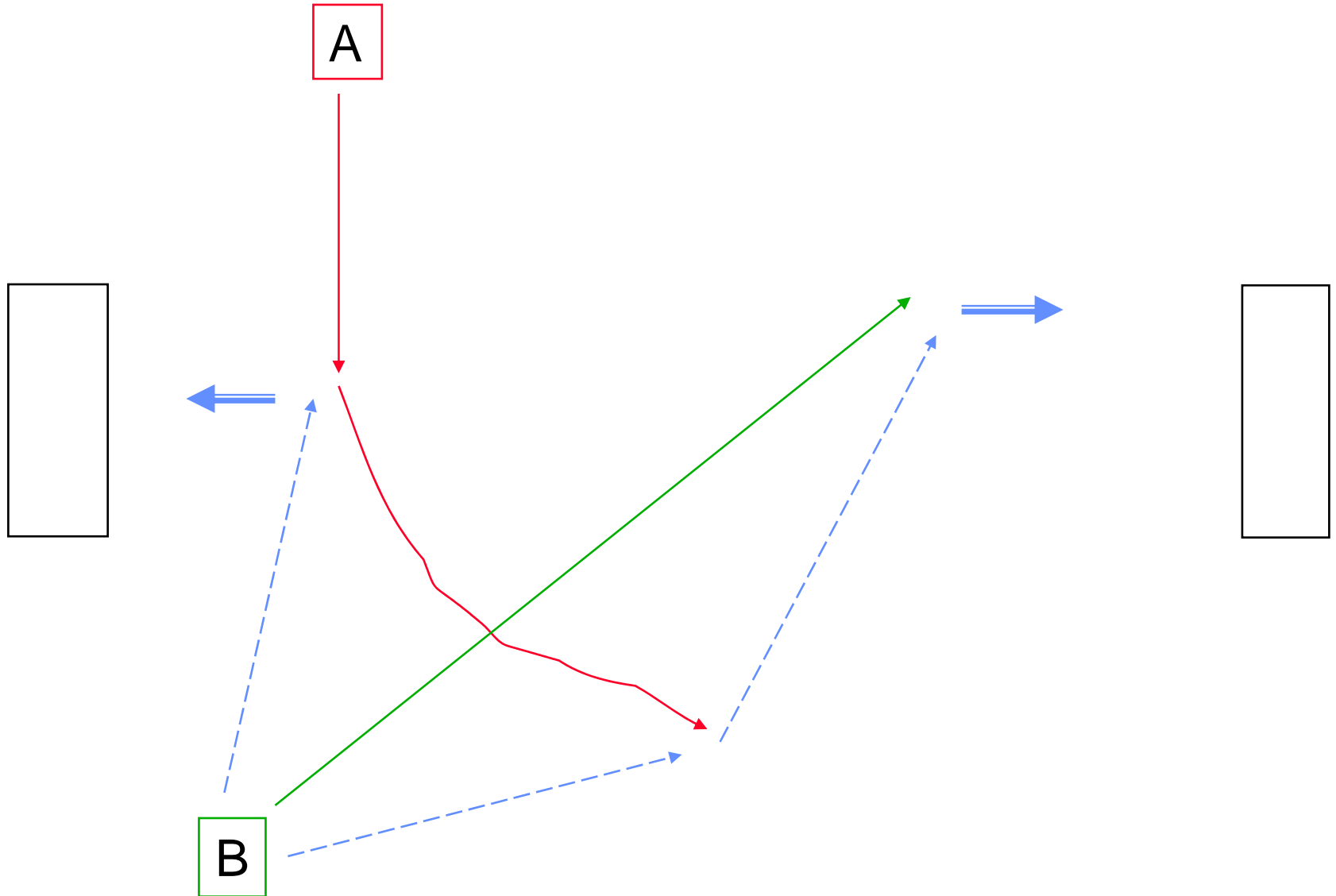
Abschlussübung mit Tempo und Zug auf das Tor, alles  
direkt gespielt



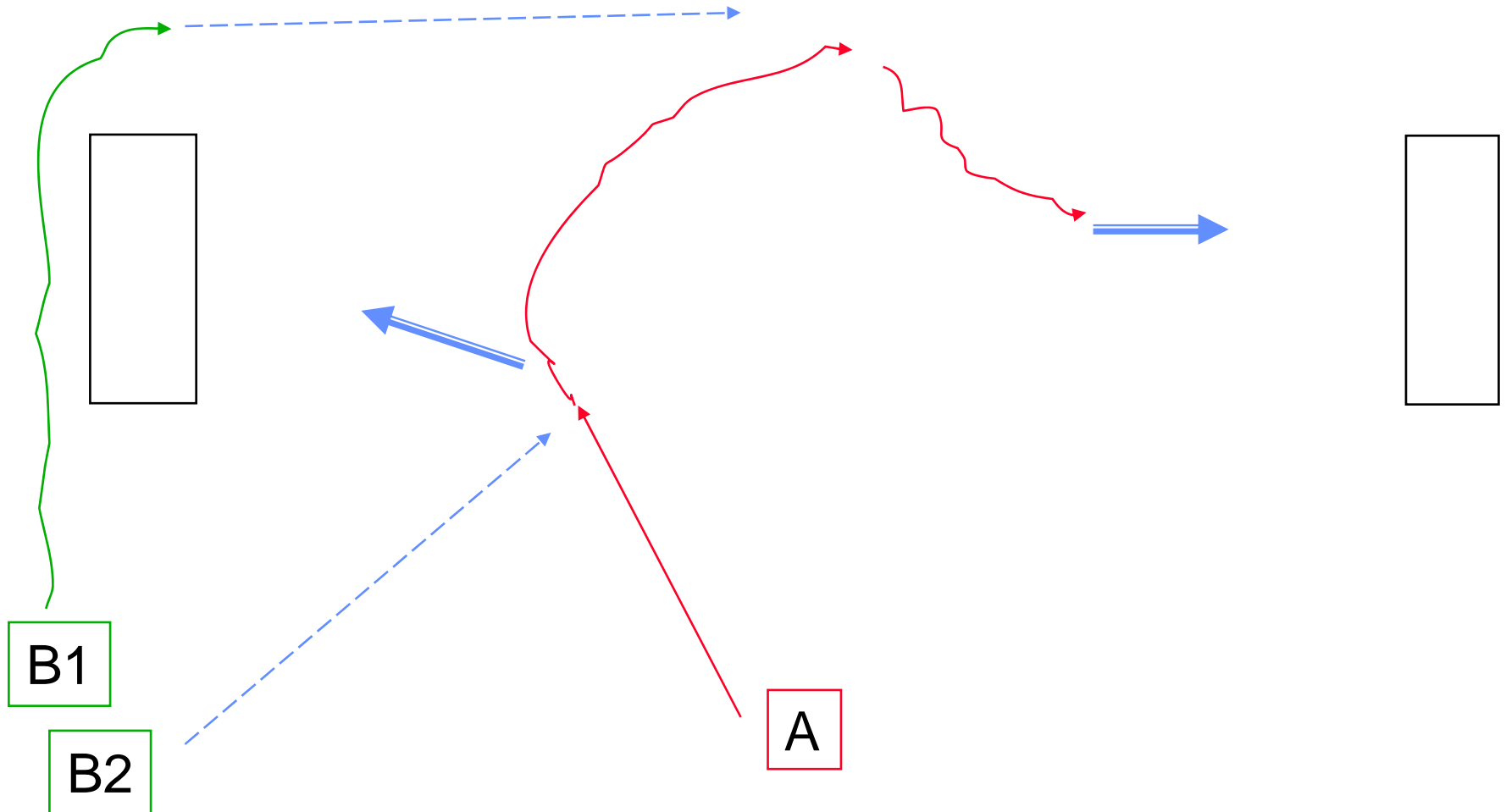
Abschlussübung mit Tempo, direkter Zug auf das Tor; Abschluss oder kreuzen, nacher Auswurf und Konter



Abschlussübung mit Tempo und Zug auf das Tor, alles  
direkt gespielt, auf beide Seiten

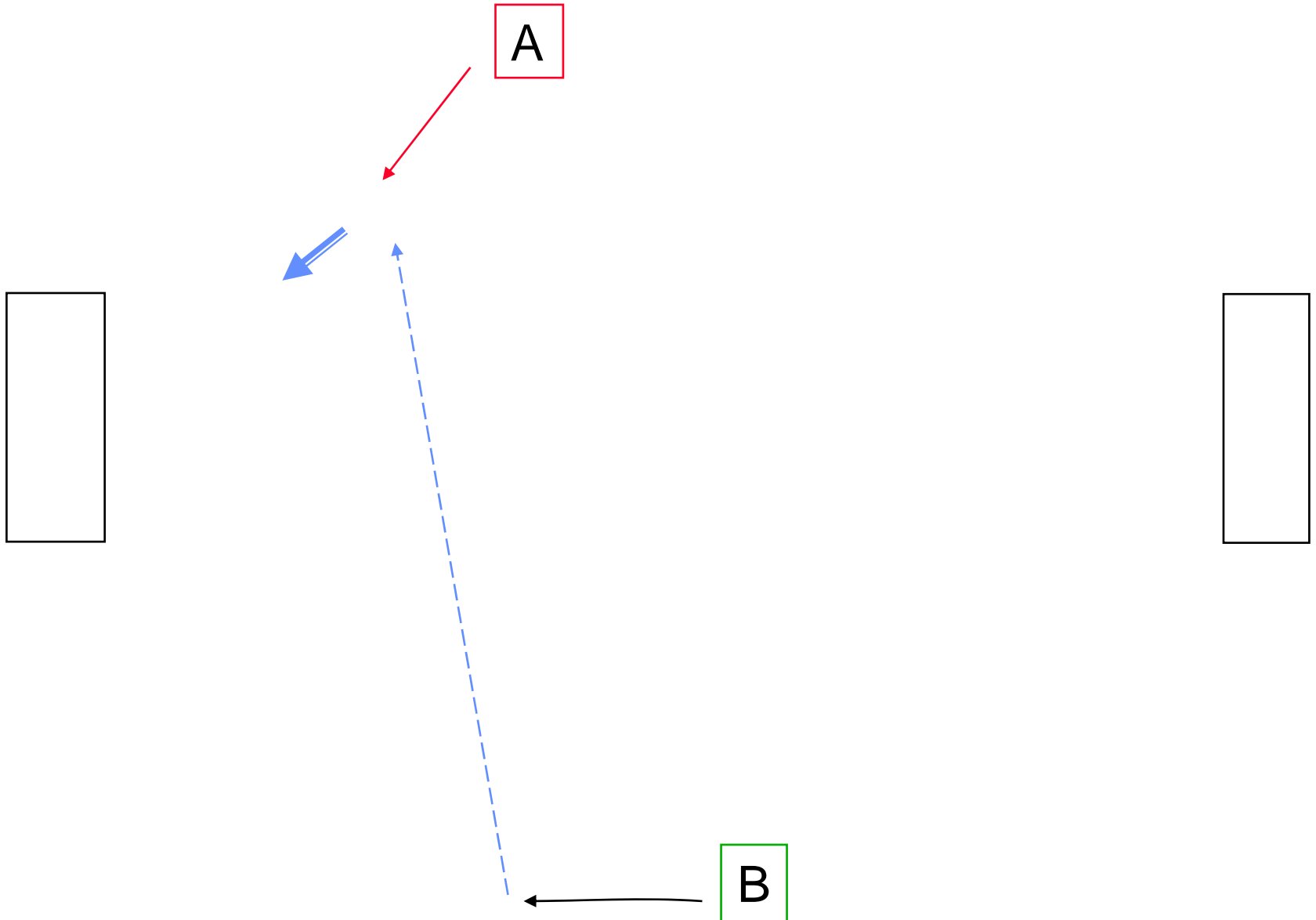


Abschlussübung mit Tempo und Zug auf das Tor, alles  
direkt gespielt, auf beide Seiten

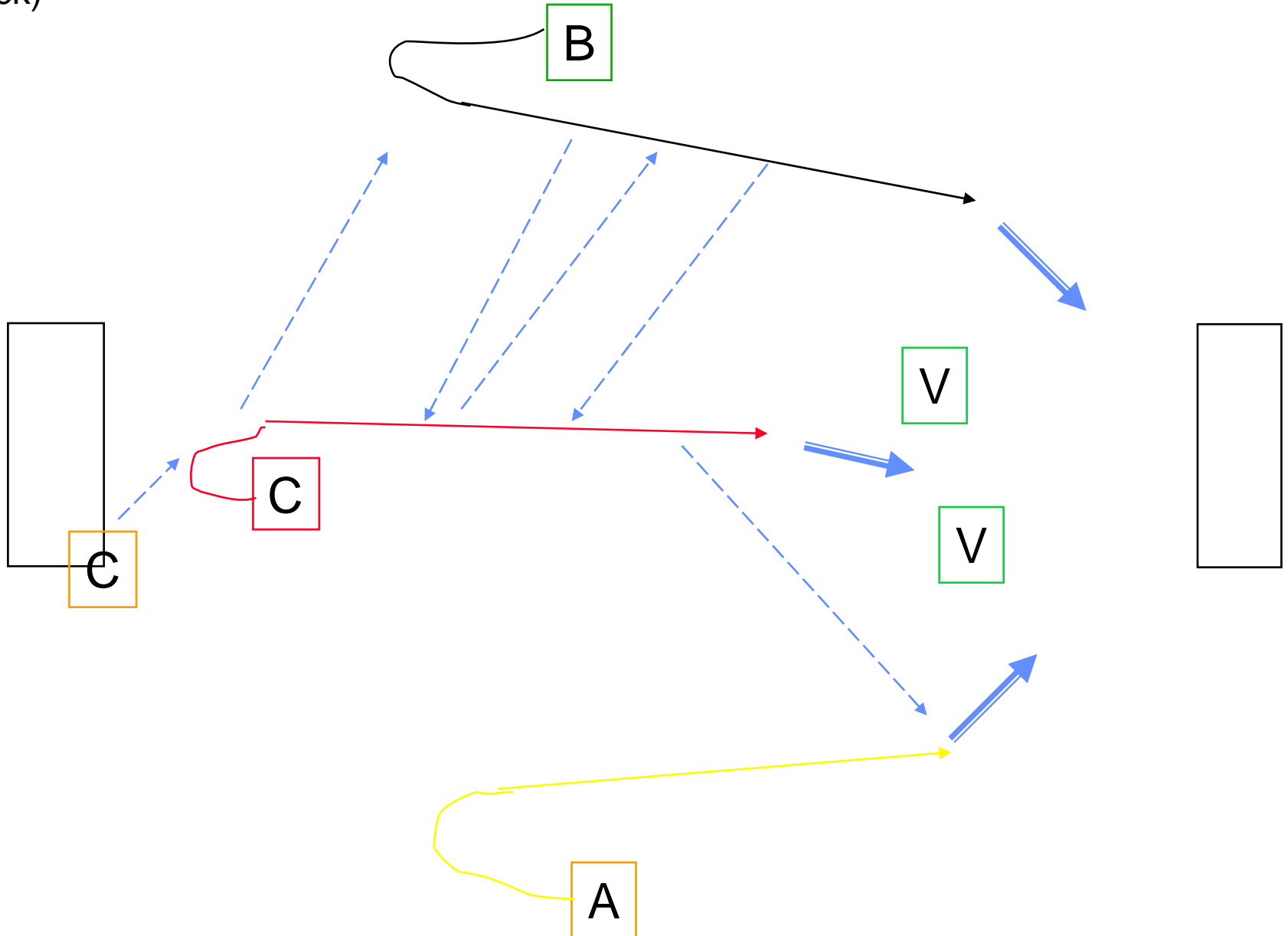




Abschlussübung mit Tempo und Zug auf das Tor, alles  
direkt gespielt, auf beide Seiten

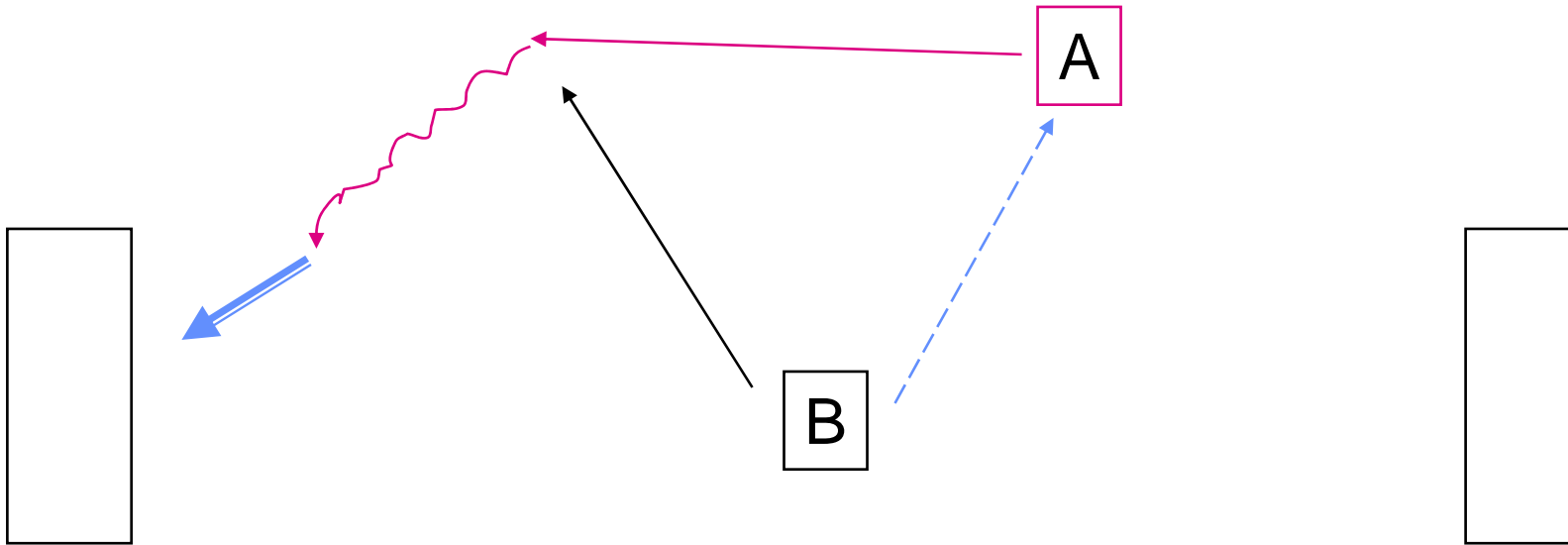


3 gegen 2 ohne kreuzen, nur Direktpass und Abschluss (A und B versetzt, C hängt zurück)

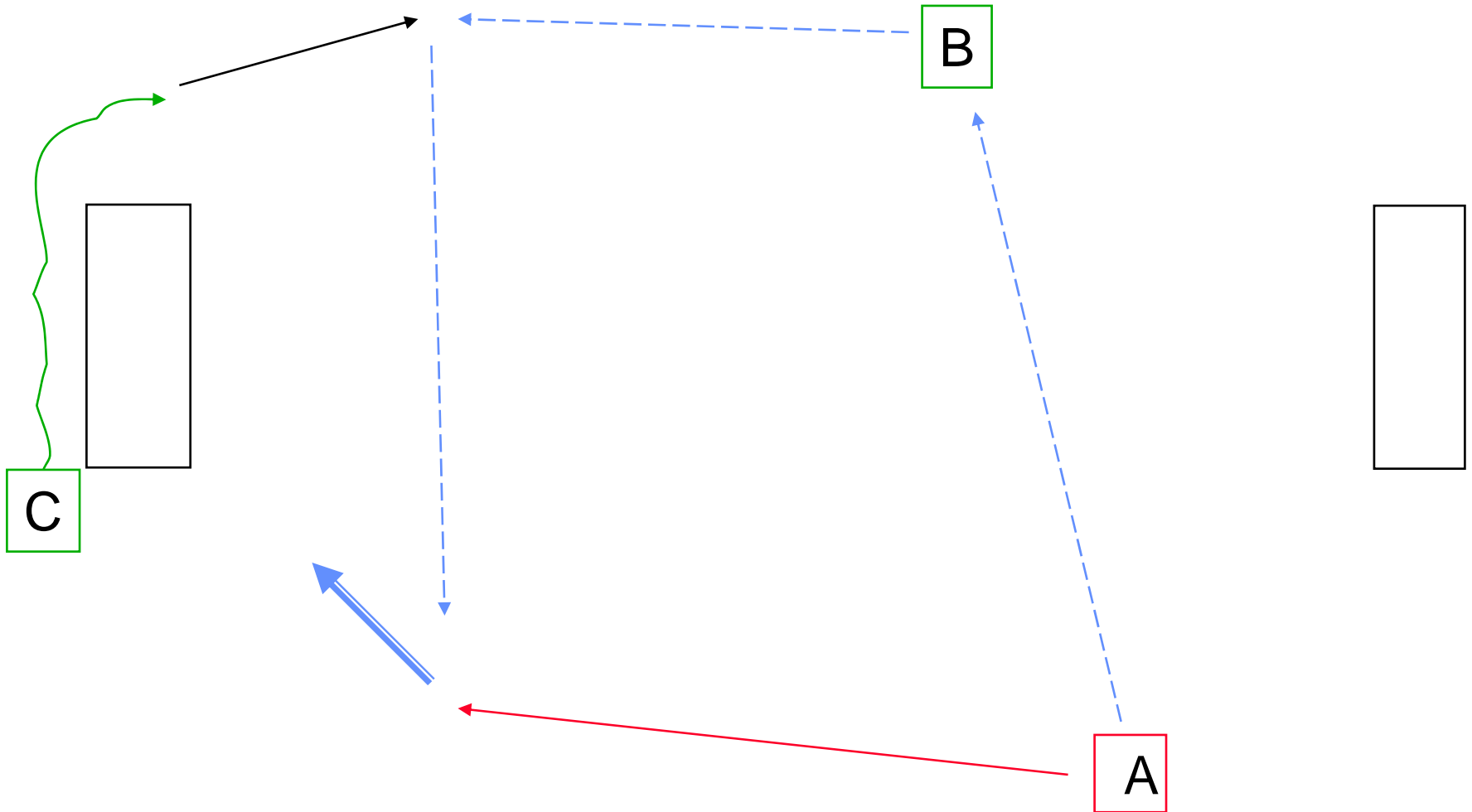


# Zweikampfübung 1-1

Wechsel: A-B/ A muss den Torabschluss erzwingen und B muss ihn auf der Aussenbahn abdrängen

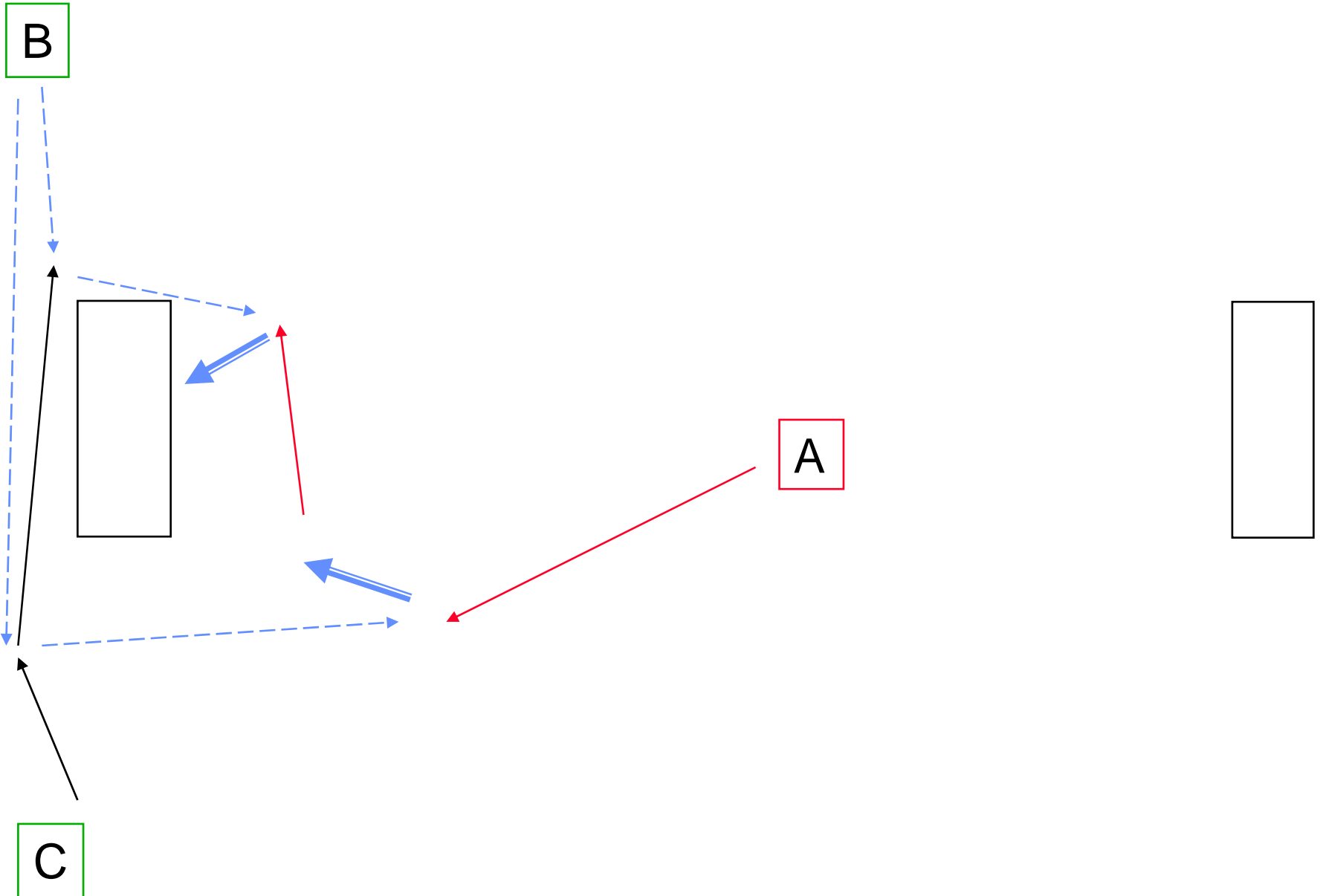


Abschlussübung mit Tempo, alles direkt gespielt, auf Abpraller

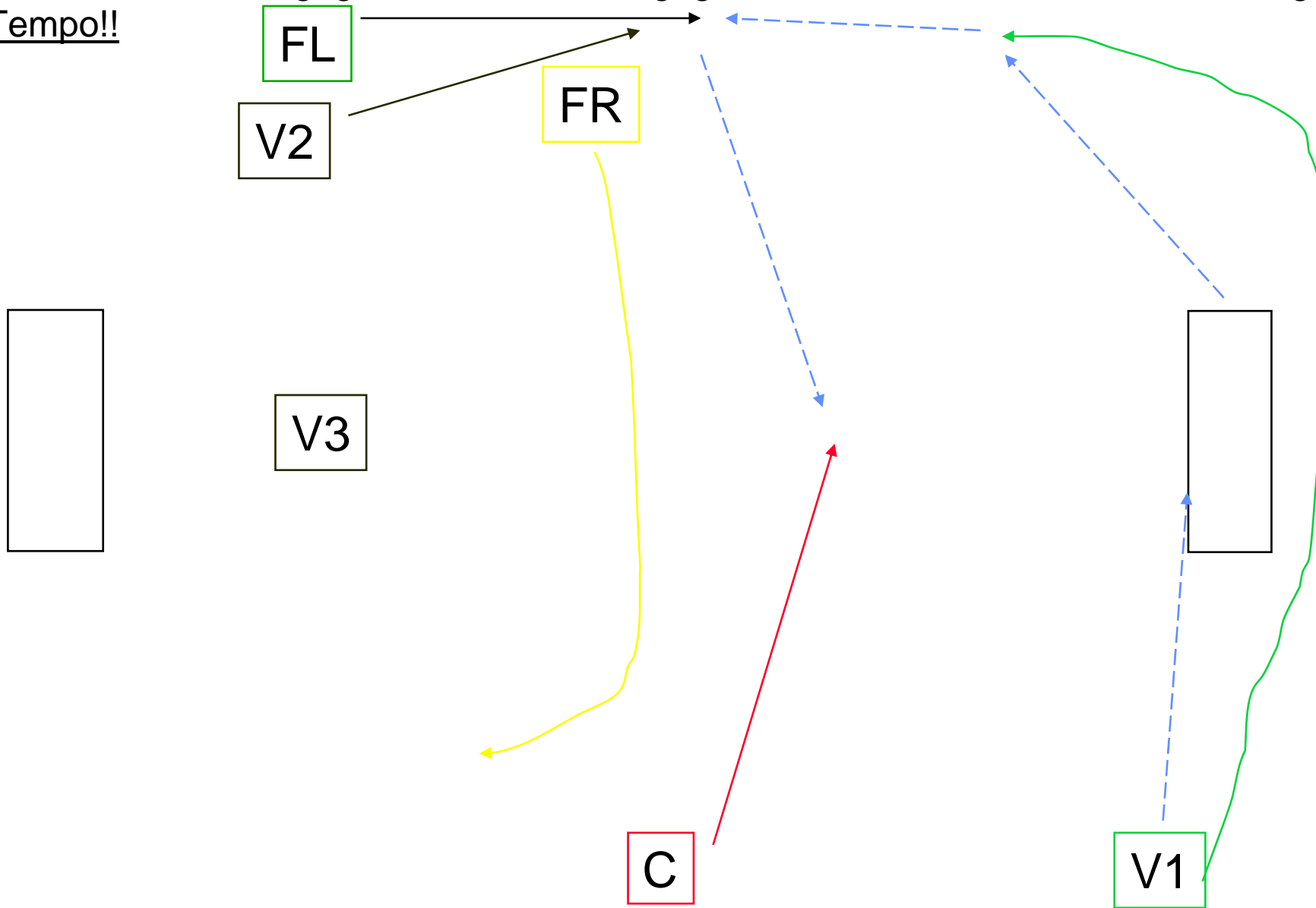


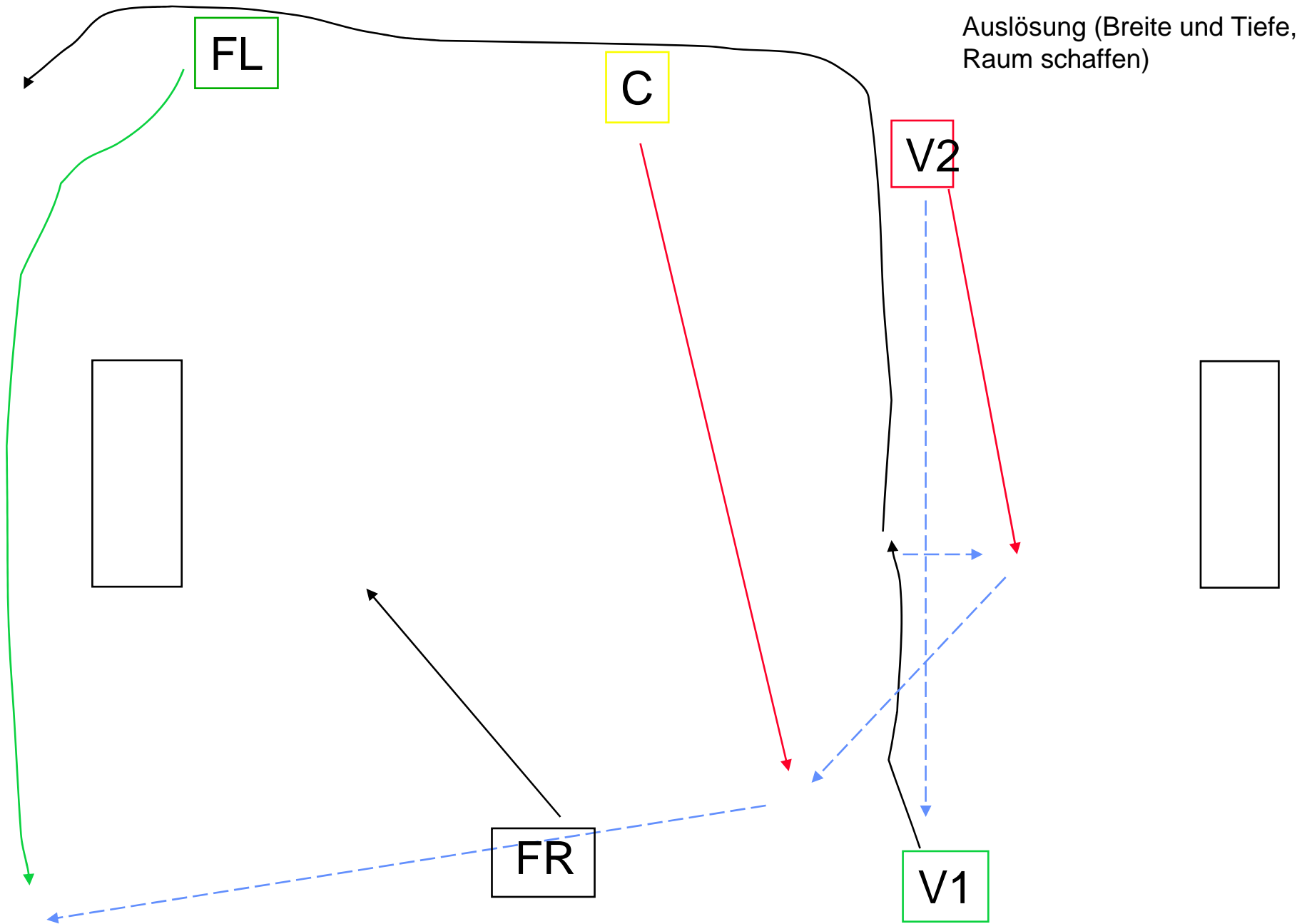
Abschlussübung mit Tempo, alles direkt ,auf Abpraller

A-B-C-A



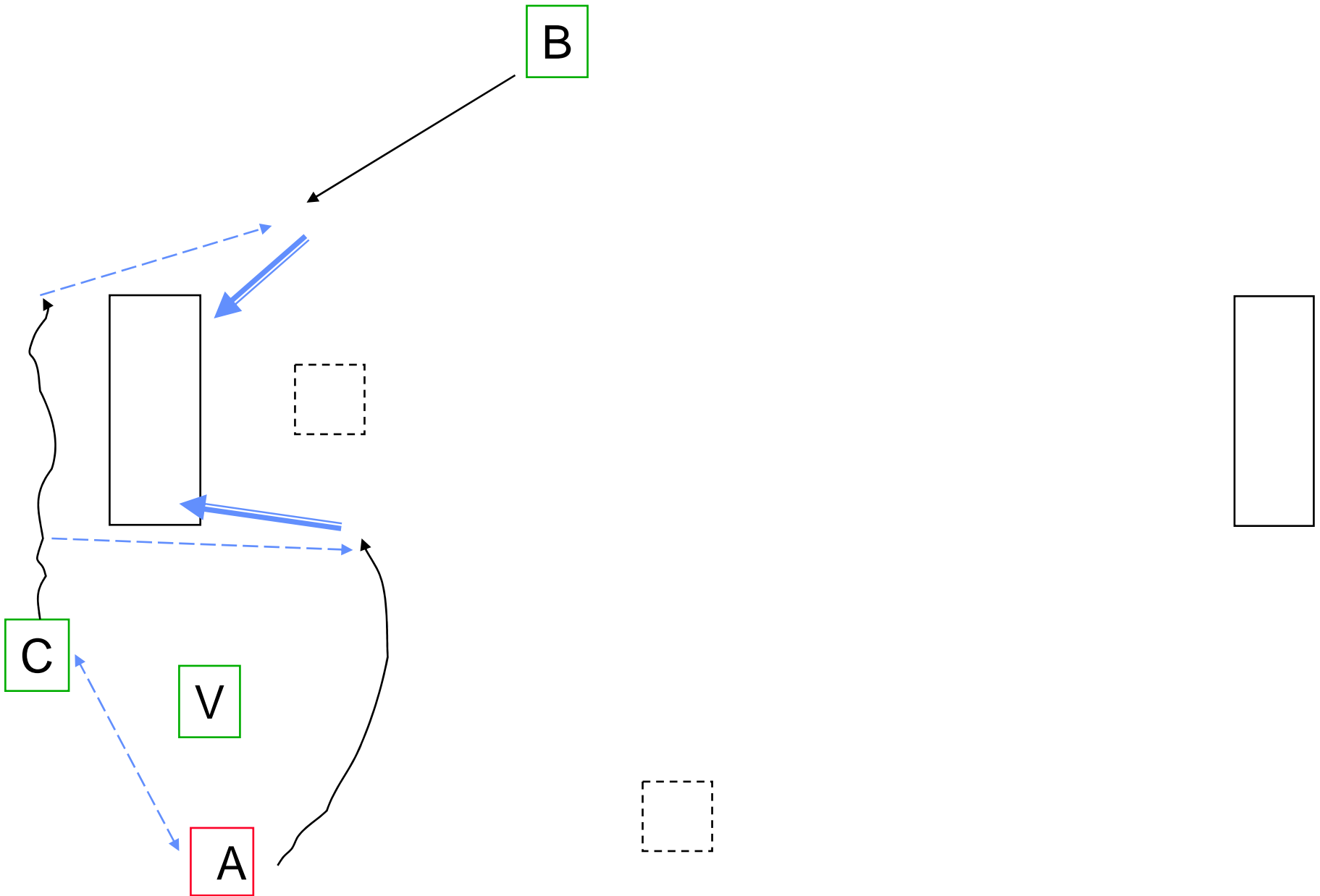
Auslösung mit V1 und Goalie, über FL und C. FR löst sich vorher und schafft für FL freien Raum, nacher 3 gegen 2 mit FR,FL,C, gegen V2, V3. V2 stört FL bei Auslösung 3-2 Tempo!!



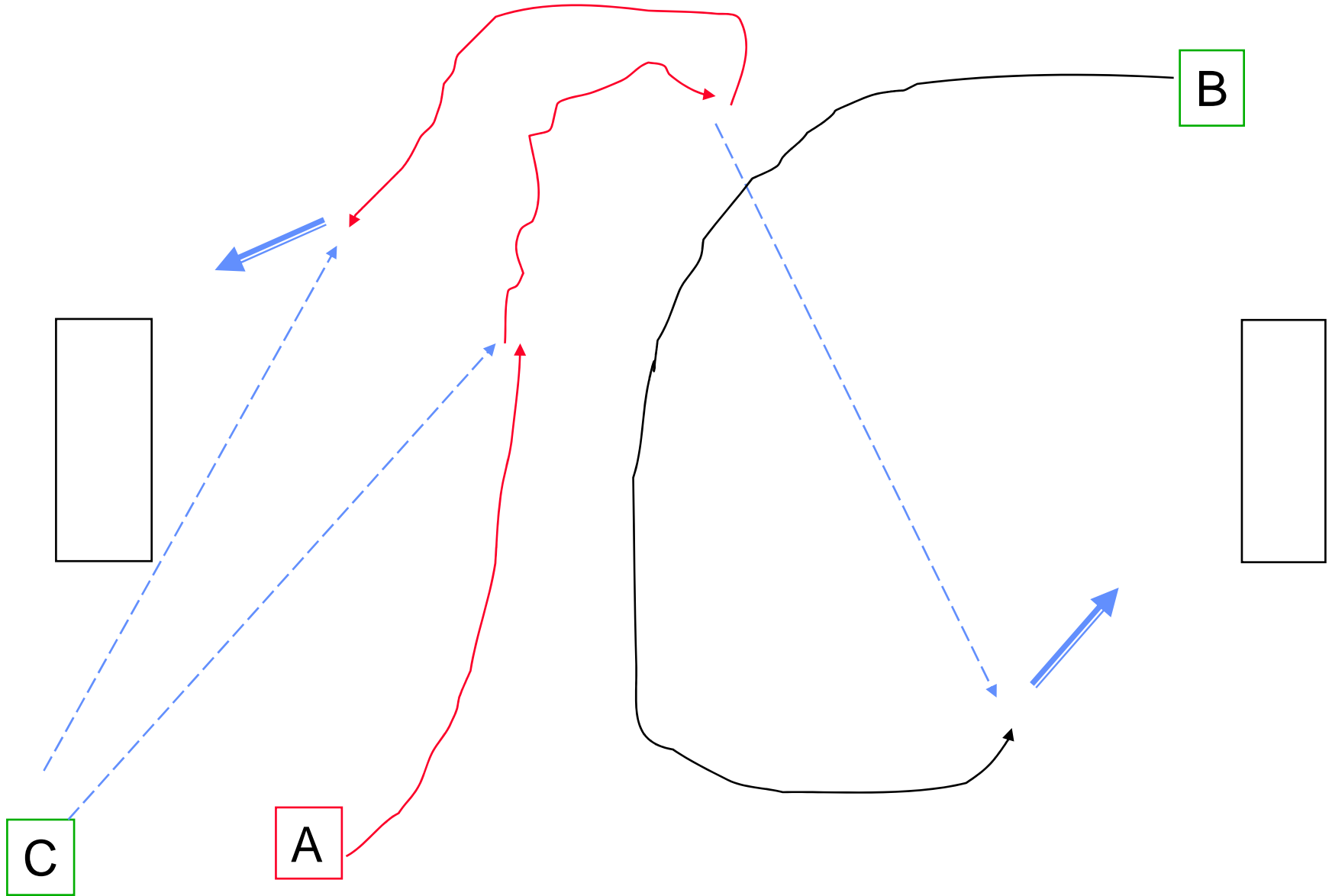


Auslösung (Breite und Tiefe, Raum schaffen)

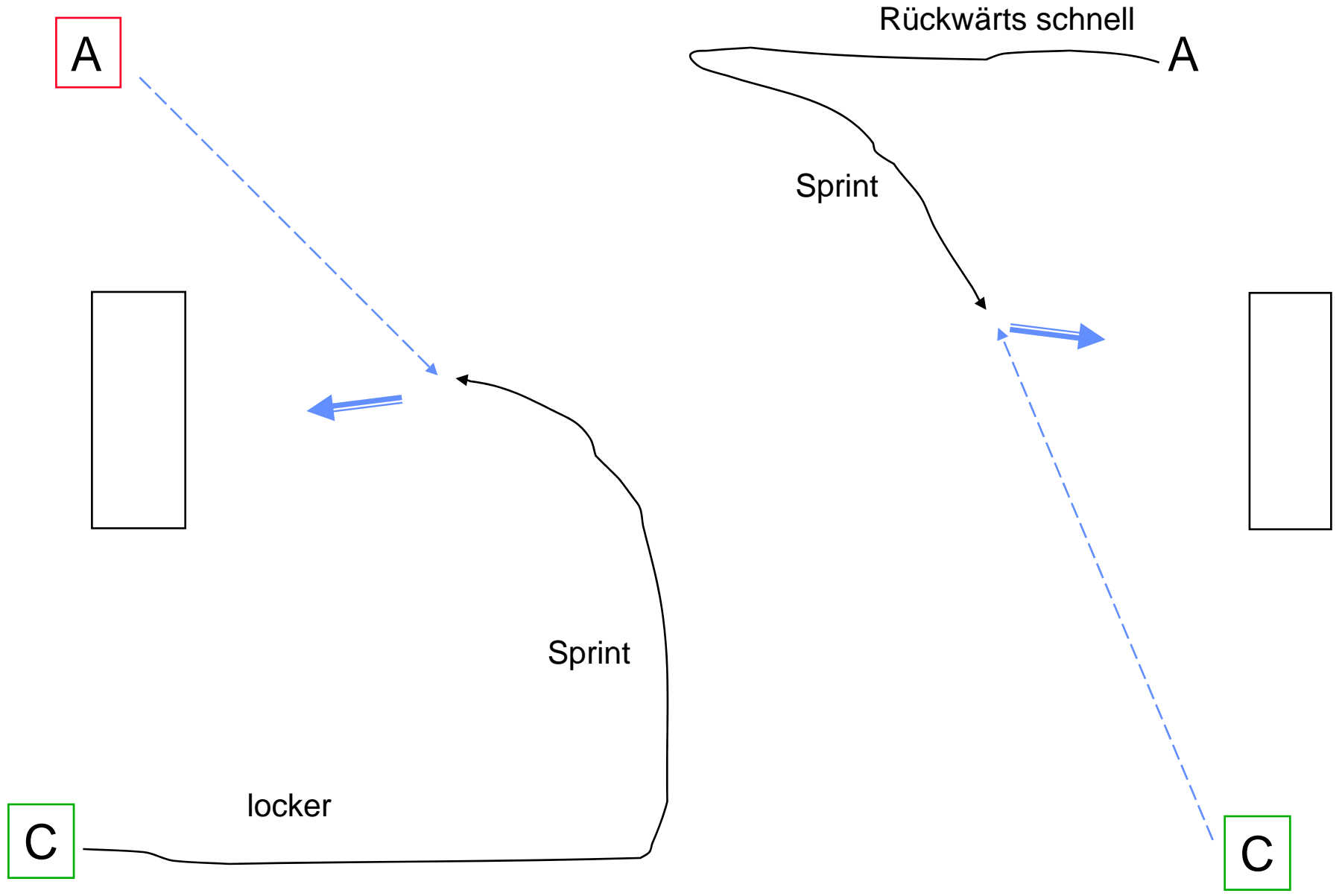
Abschlussübung mit Tempo, alles direkt gespielt, auf Abpraller



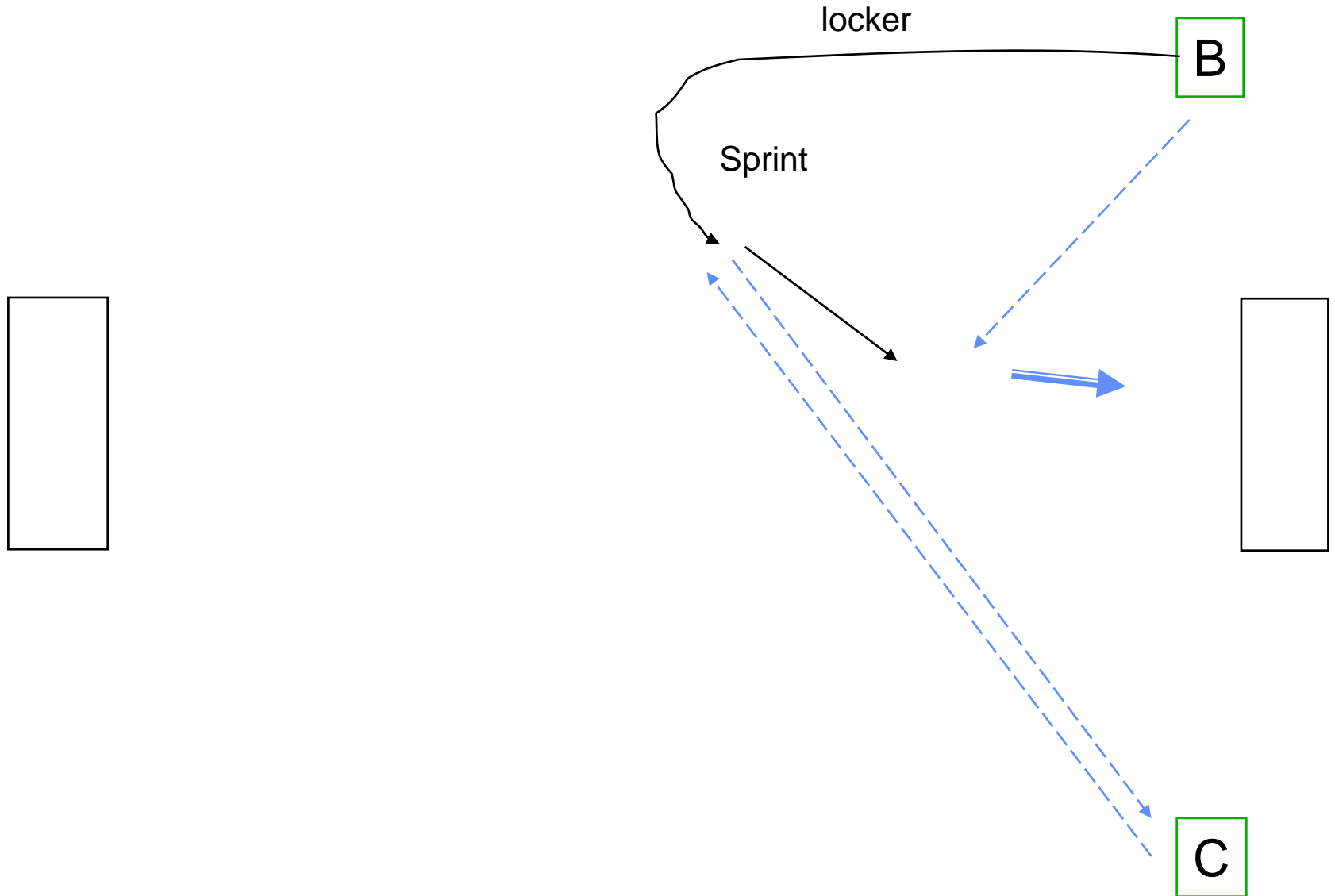
Auslösung, Lauf und Passwege (alles Handgelenkpässe/Schüsse) Direktschuss



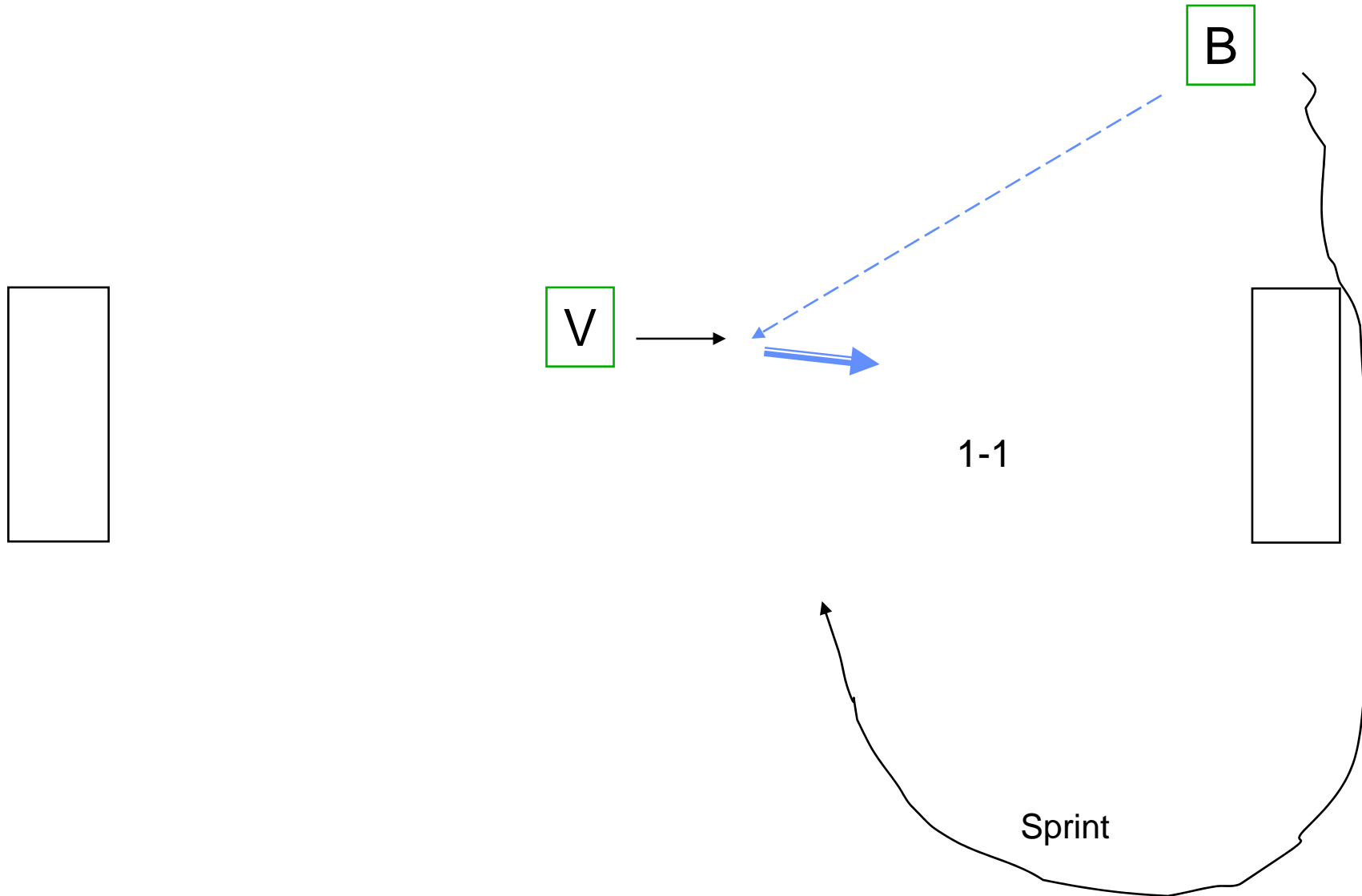
Einschiessen, verschiedene Karussell mit verschiedenen Lauf/Tempoarten



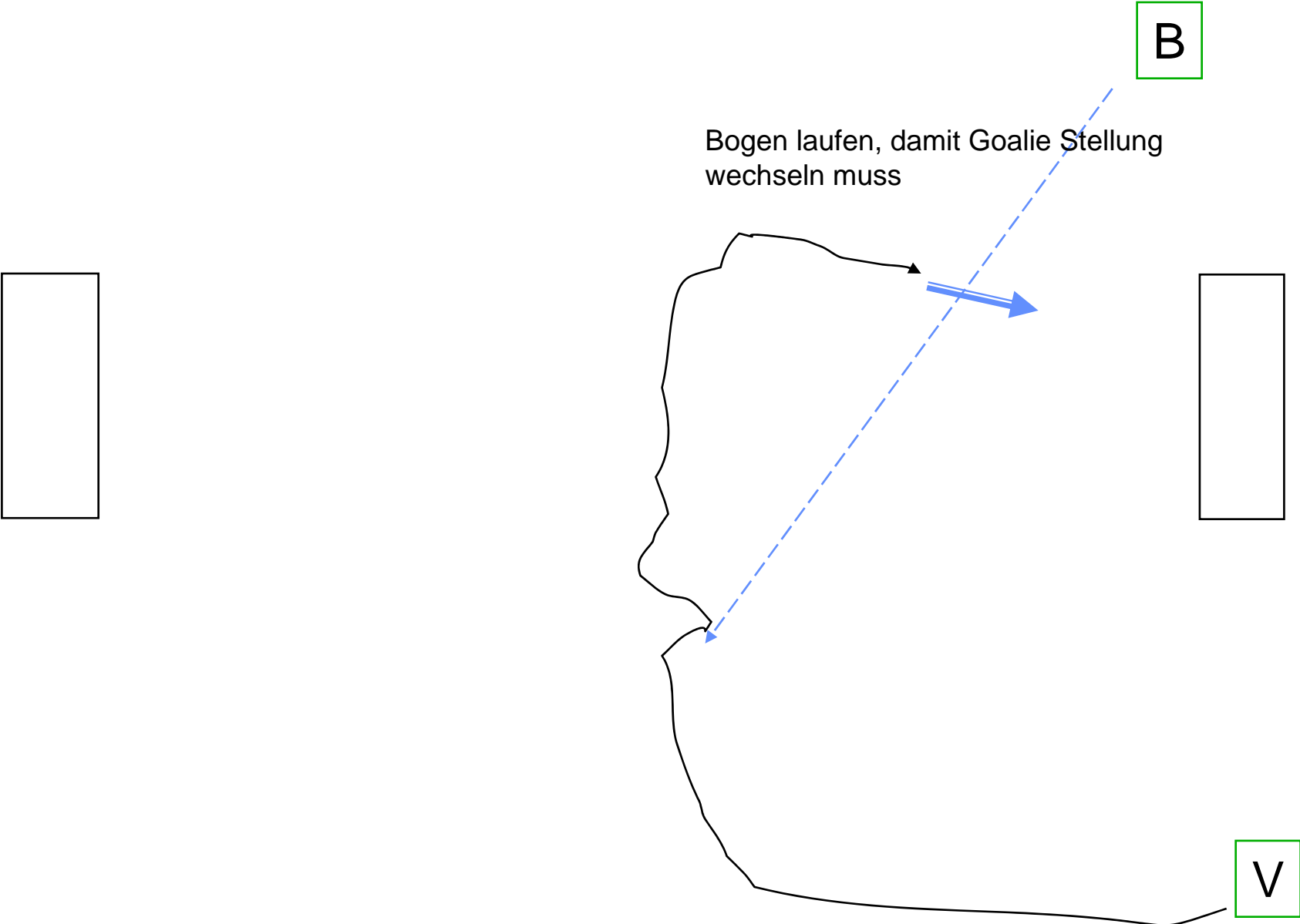
Tempo variieren (alles Handgelenkpässe/Schüsse) Direktschuss



1-1 Situationen, Stürmer läuft mit Ball und maximalem Tempo, V macht zuerst Abschluss und Abpraller und verteidigt dann. Verschiedene Varianten



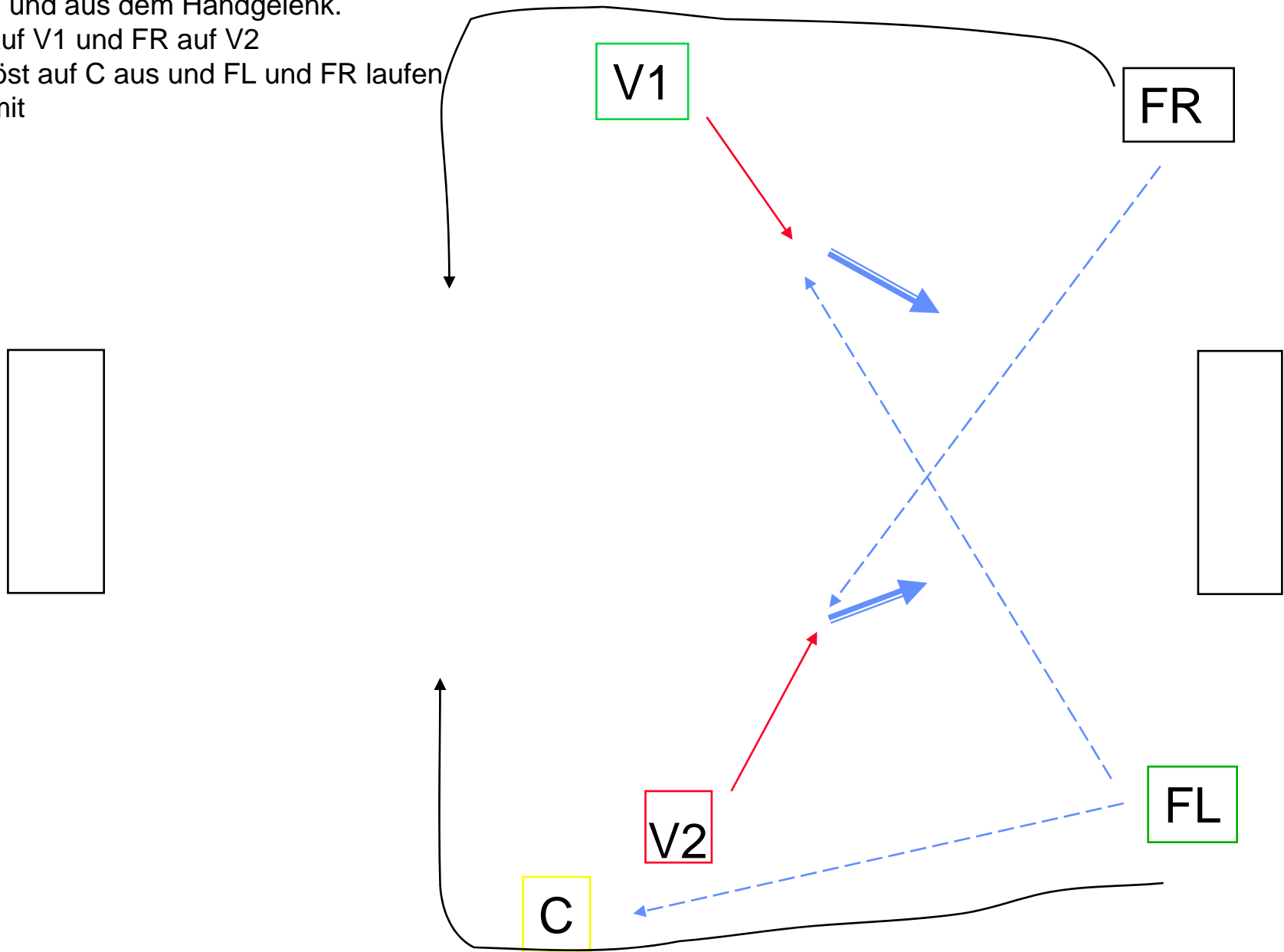
Passspiel, alles nur Handgelenk und aus der Bewegung



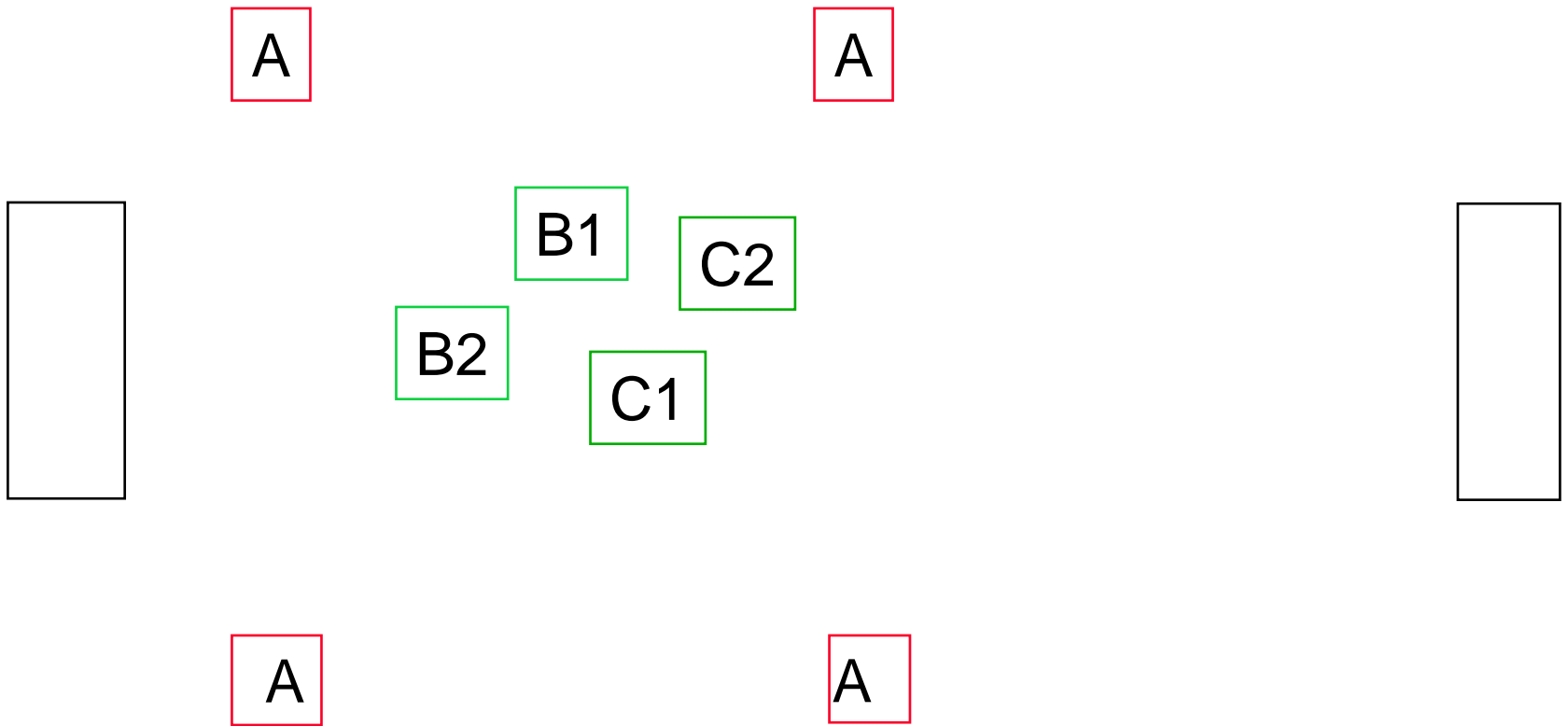
3-2 auf beide Seiten, Pass und Abschluss  
schnell und aus dem Handgelenk.

1. FL auf V1 und FR auf V2

2. FL löst auf C aus und FL und FR laufen  
mit C mit

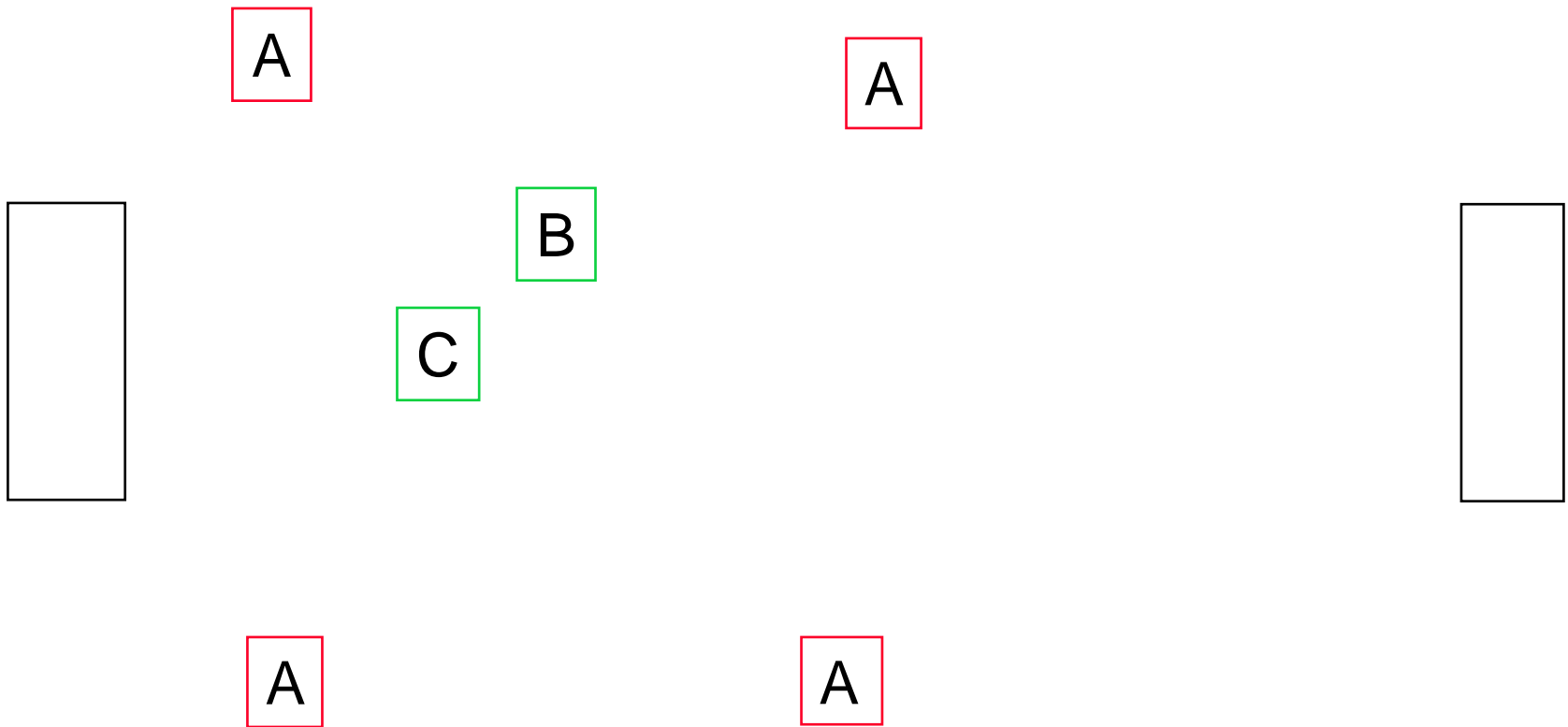


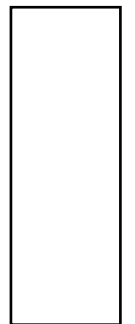
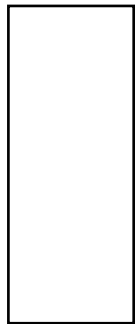
Grosses Passviereck: A sind fest Positionen, B und C spielen 2-2 (30 Sek.), die Aussenpositionen dürfen von B und C angespielt werden, diese müssen den Ball direkt wieder zurück spielen. Sinn und Zweck: Auge für den freien Mitspieler A, B und C; Passspiel, Zweikampf, freie Raum suchen, Ball abdecken.



Kleine Passviereck: A sind fest Positionen, B und C spielen 1-1 (20 Sek.), die Aussenpositionen dürfen von B und C angespielt werden, diese müssen den Ball direkt auf einen anderen A oder auf B zurückspielen. A hat 4 Passmöglichkeiten

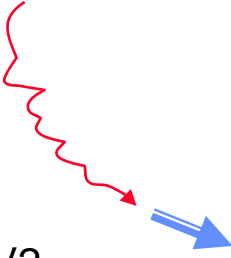
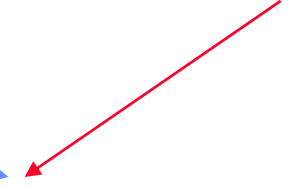
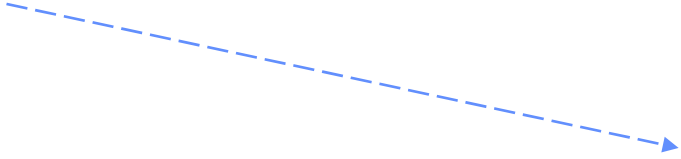
Sinn und Zweck: Auge für den freien Mitspieler A,B; Passspiel, Zweikampf, freie Raum suchen, Ball abdecken.





C

V2

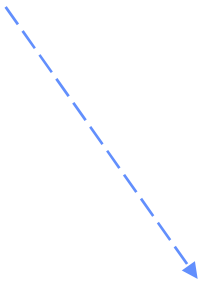
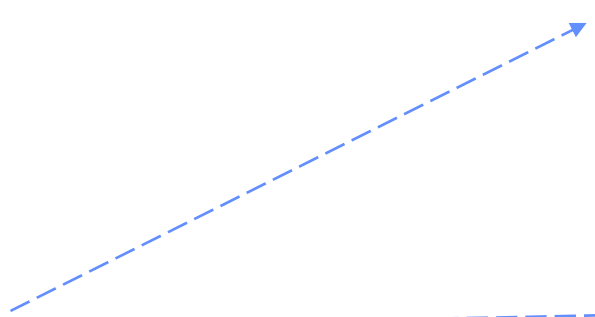


Anschliessend 3-2 mit FR,C,FL und V1,V2

V1

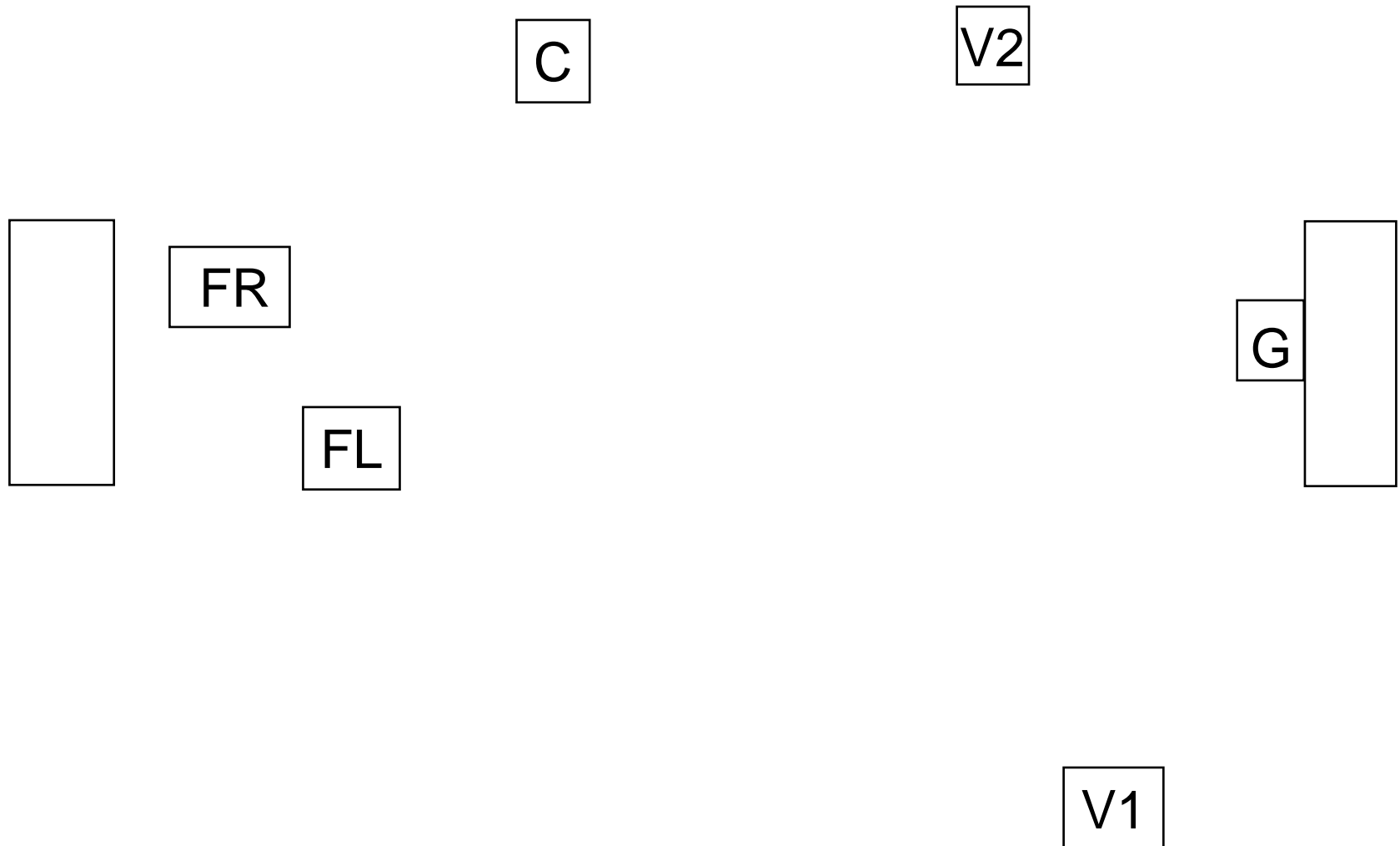
FR

FL



Auslösungen

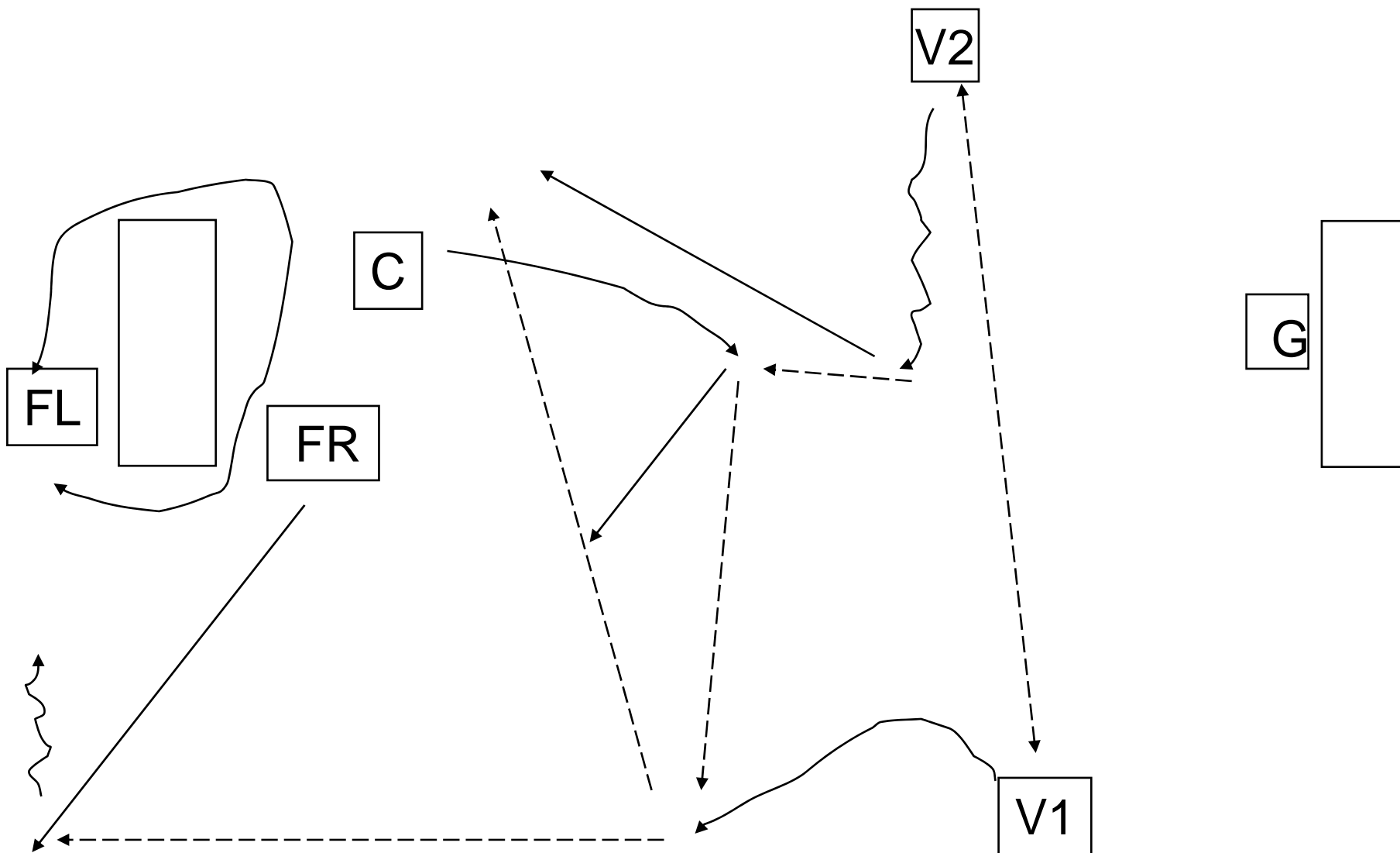
Die Grundaufstellung (nach Wechsel, kontrollierter Spielaufbau, organisierter Gegner usw.) wird eingenommen. Die einzelnen Positionen können auch getauscht werden. Wir werden 2-3 Varianten einüben. Diese Grundaufstellung gibt die Möglichkeit weitere Varianten zu kreieren. Wichtig sind aber immer die Bewegung, Tempowechsel, Timing der Laufwege und des Passpiles.



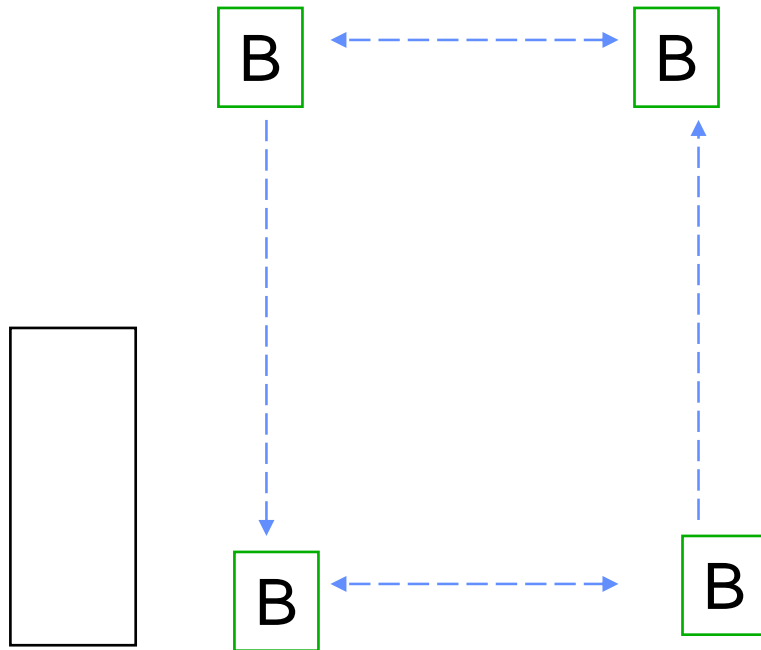


SV Wiler Ersigen NLA: Auslösungen Variante 2:

Die beiden Verteidiger spielen den Ball breit, die Stürmer bewegen sich um das Tor. V2 zieht quer in die Mitte und spielt den Ball auf den anlaufenden C. Dieser spielt Ball an die Seite auf V1. Dieser kann den Ball in die Ecke spielen oder einen Flippass auf die andere Seite auf V2 oder FL wagen

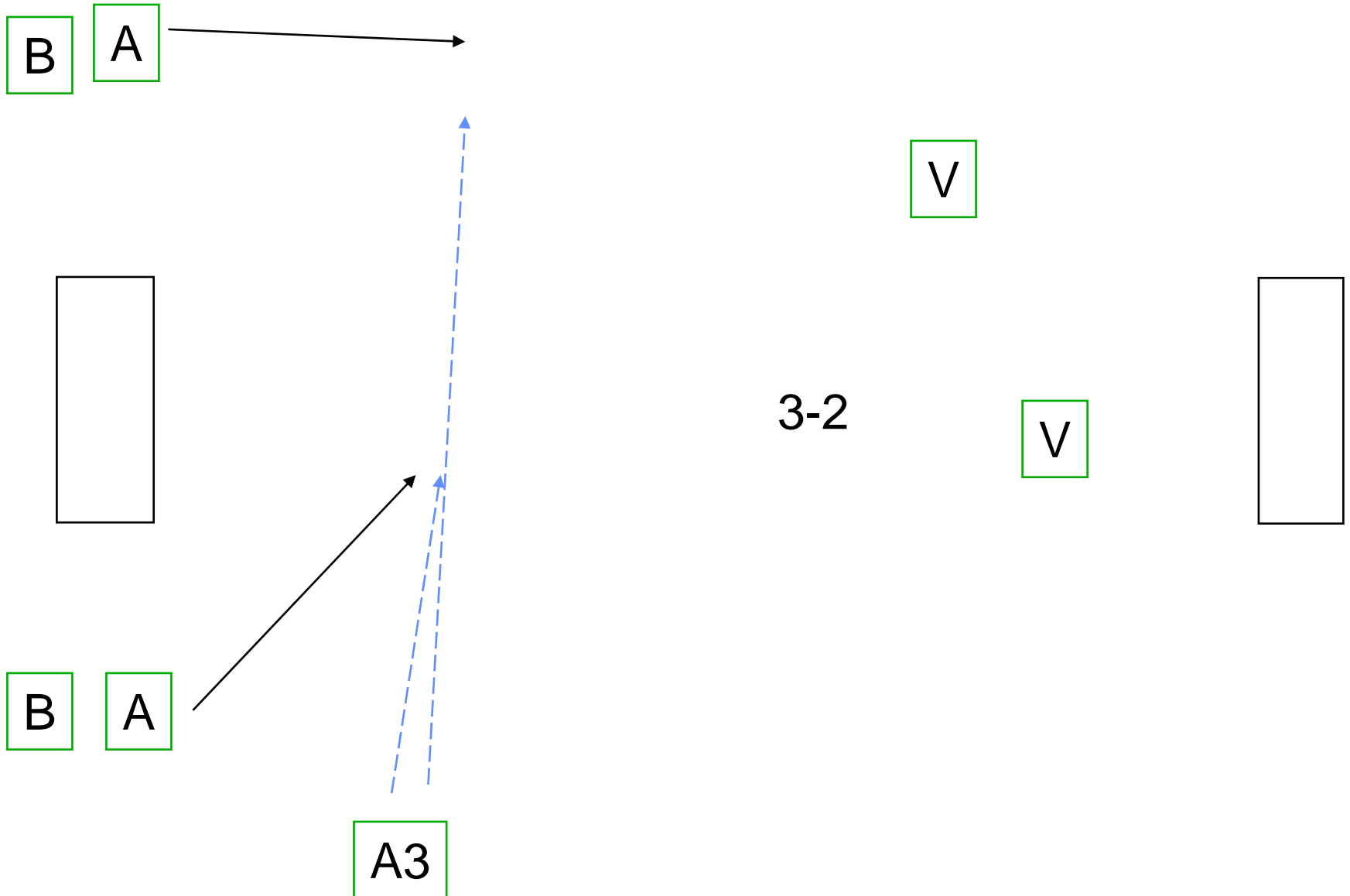


Ballabgabe vor dem Körper

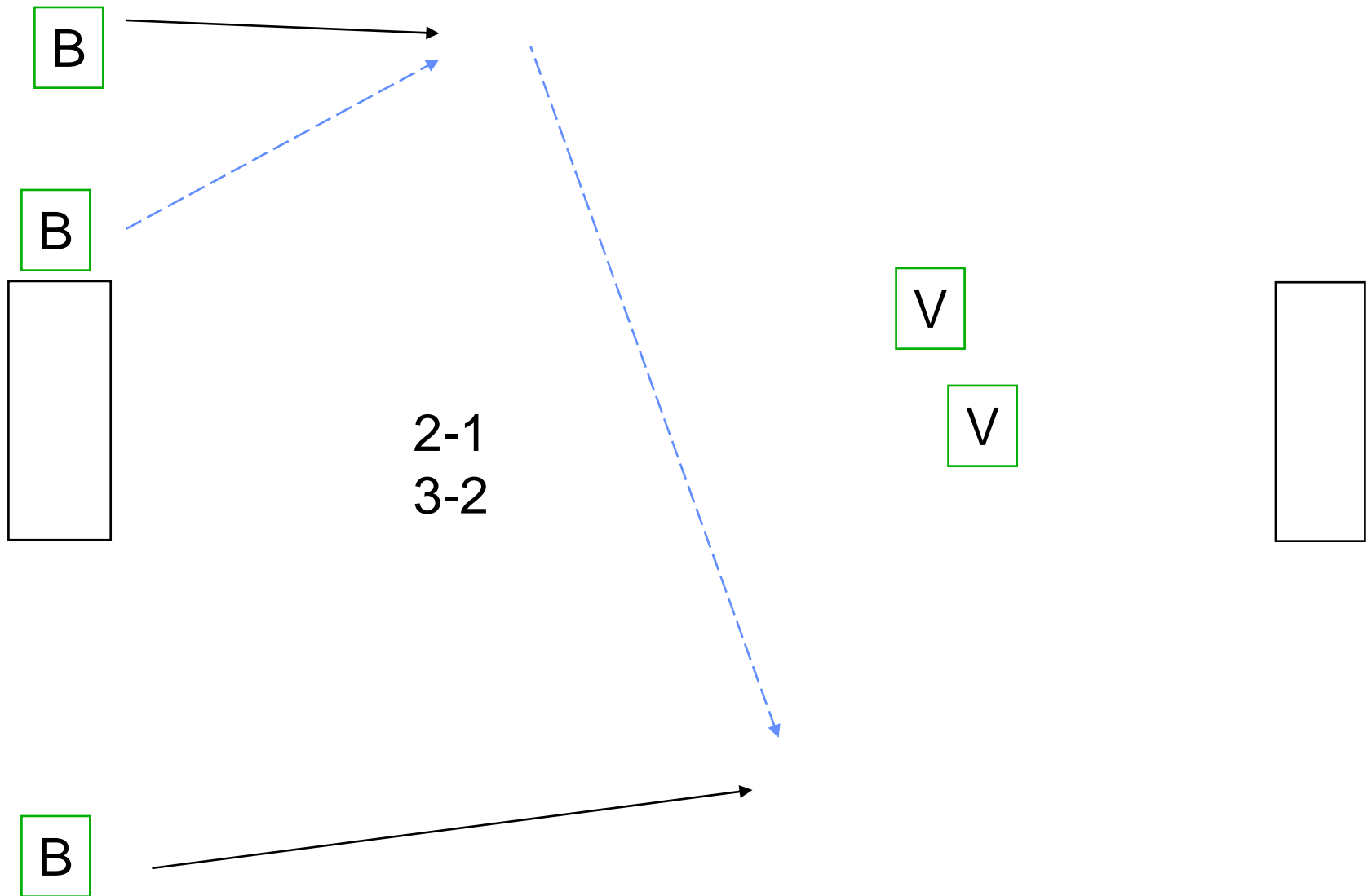


Tschechen Viereck

Ballabgabe, Ballannahme, Schuss vor dem Körper, Tempo steigern. Transitiongame mit A gegen V  
A3 gibt Startsignal durch zurufen. A gegen B spielen 1-1

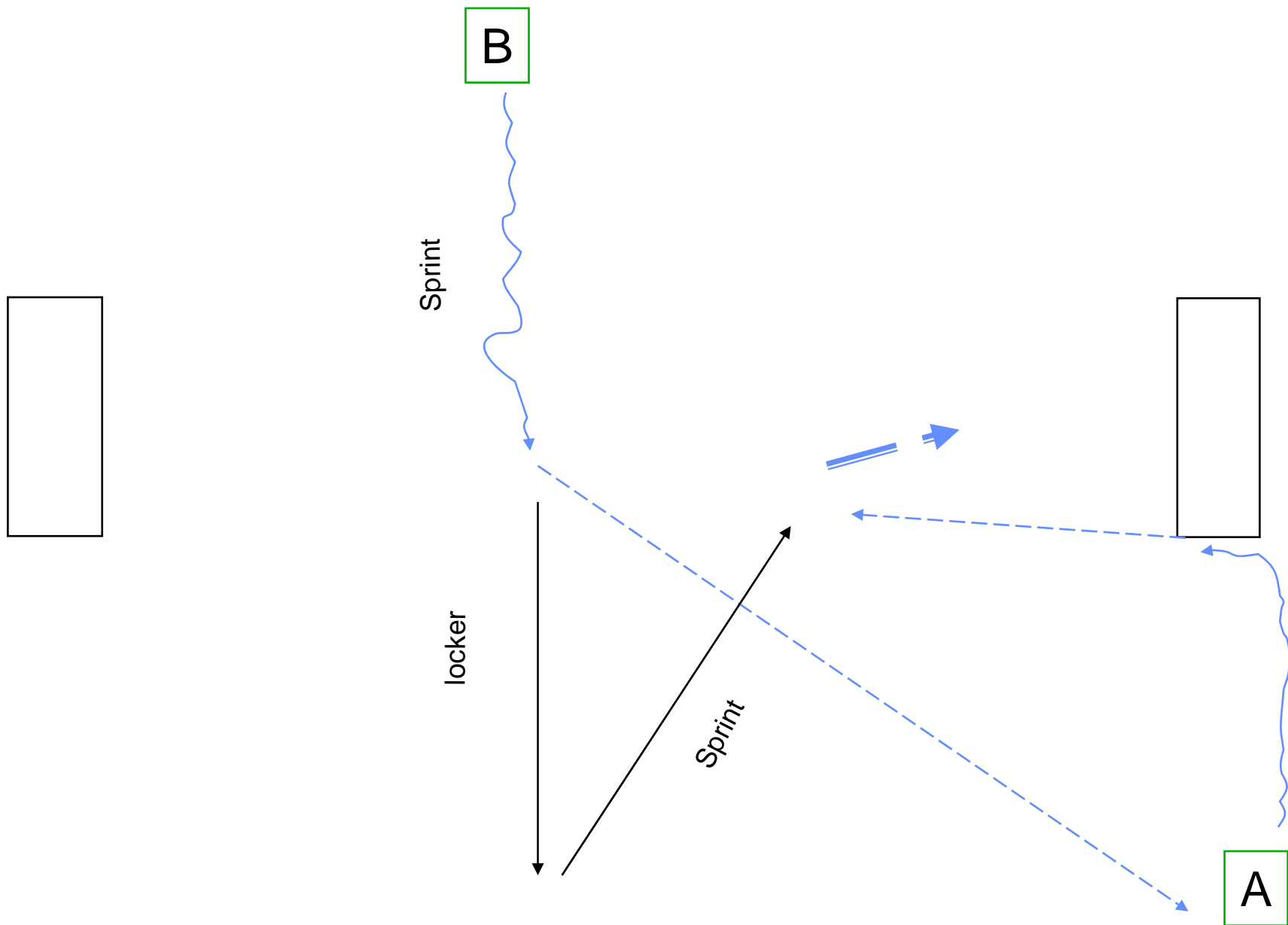


Ballabgabe, Ballannahme, Schuss vor dem Körper, Tempo steigern  
Verteidiger auf festen Positionen.

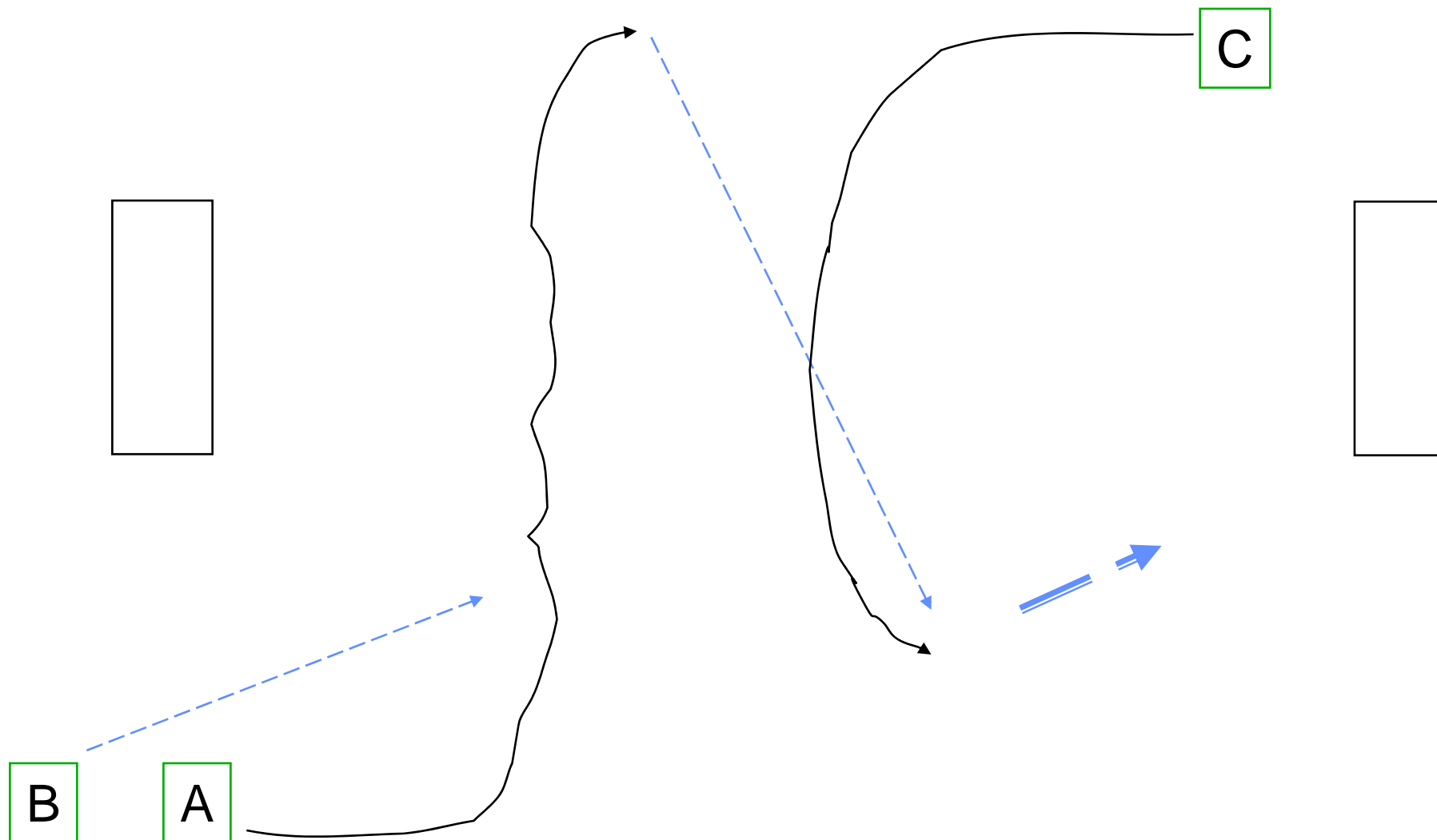




# Technik, Handgelenkpass- und Schuss, Tempowechsel



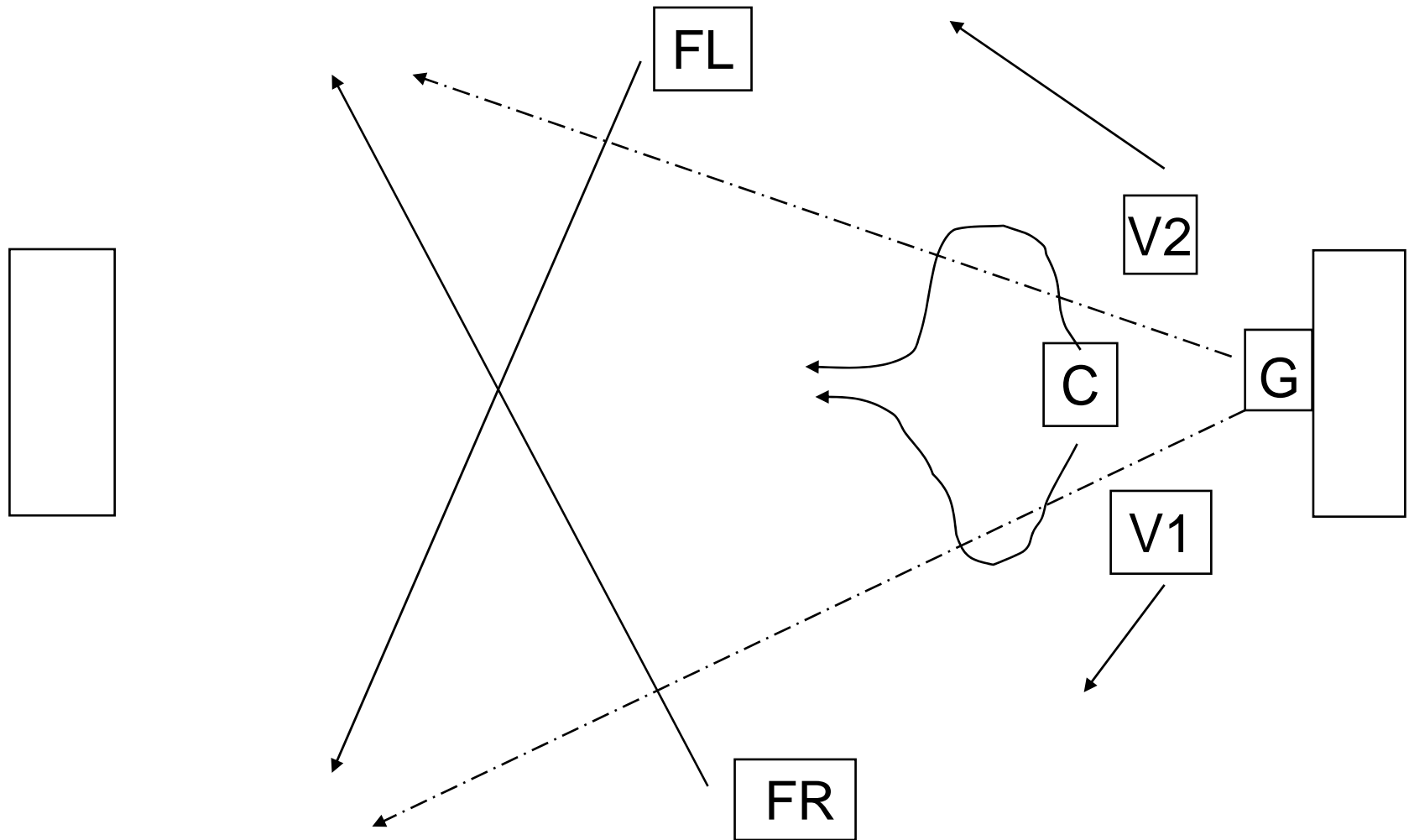
# Technik, Handgelenkpass- und Schuss, Tempowechsel, Pass aus dem Lauf





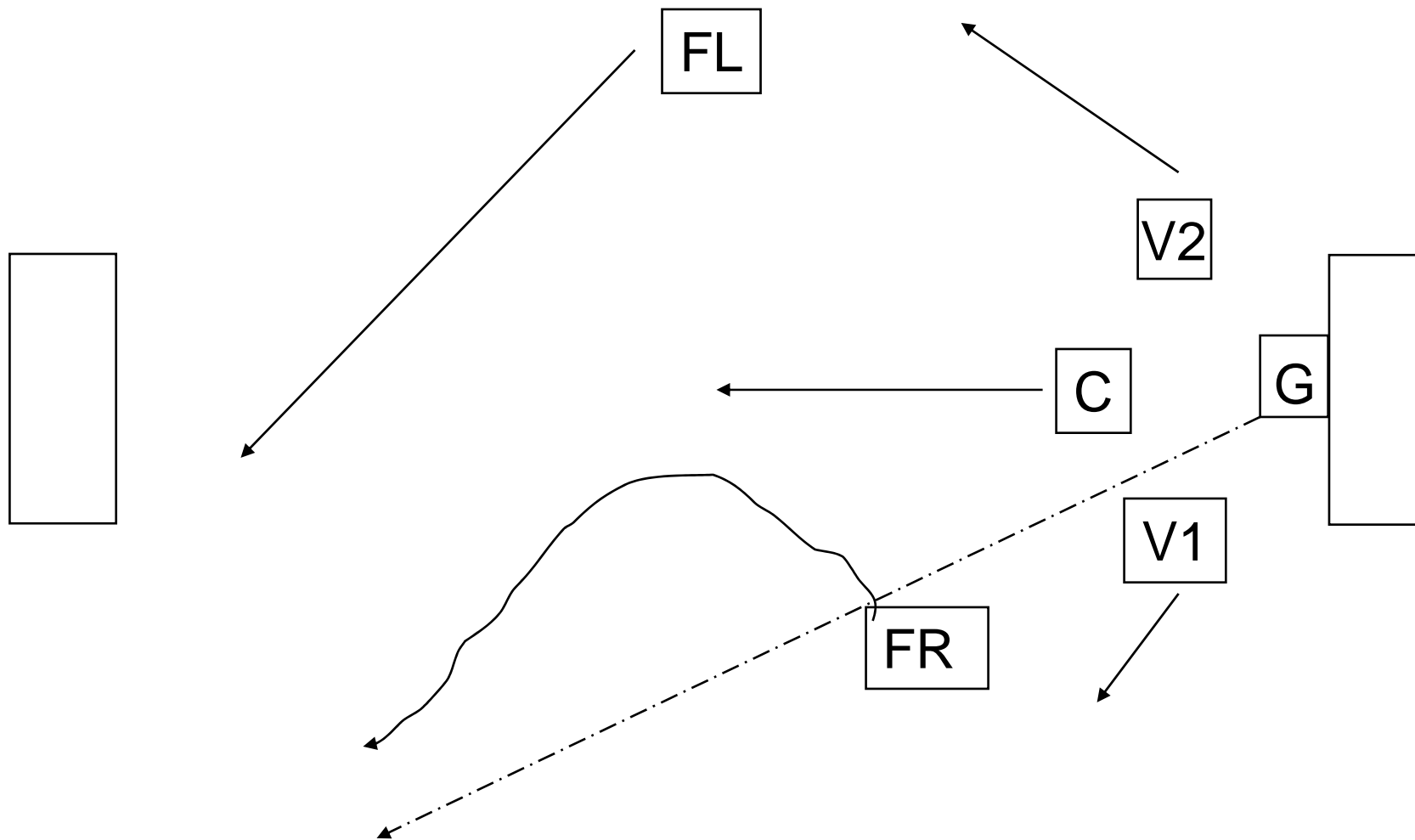
### Auswurf Variante 1:

Die beiden Verteidiger lösen sich sofort auf die Seite (gestafelt), Center verlässt in einem Bogen kurz die Mitte und rückt dann den beiden Flügel durch die Mitte nach. Die beiden Flügel kreuzen ihre Läufe. Goalie wirft durch den freien Raum (rechts oder links) auf einen Flügel.

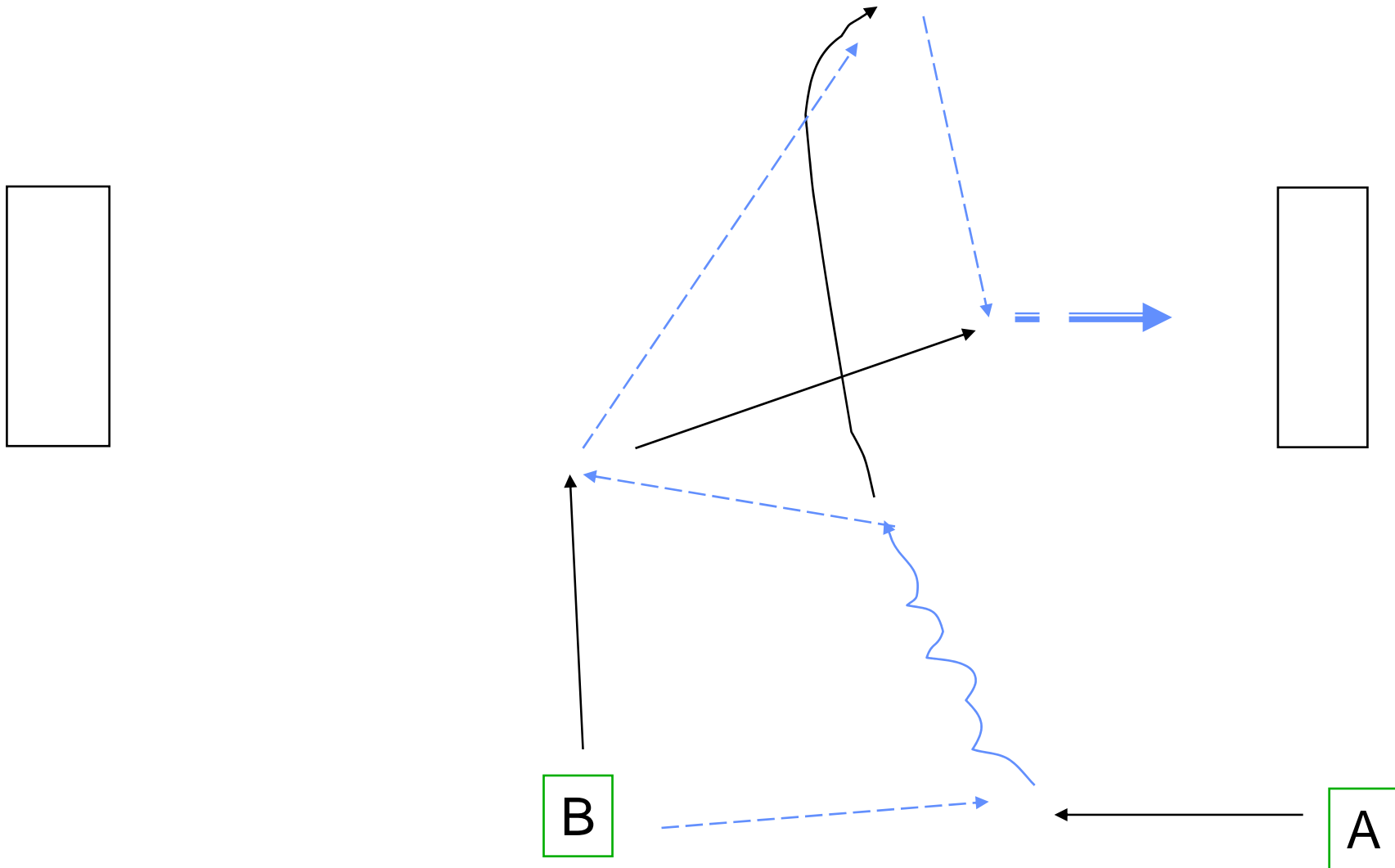


## Auswurf Variante 2:

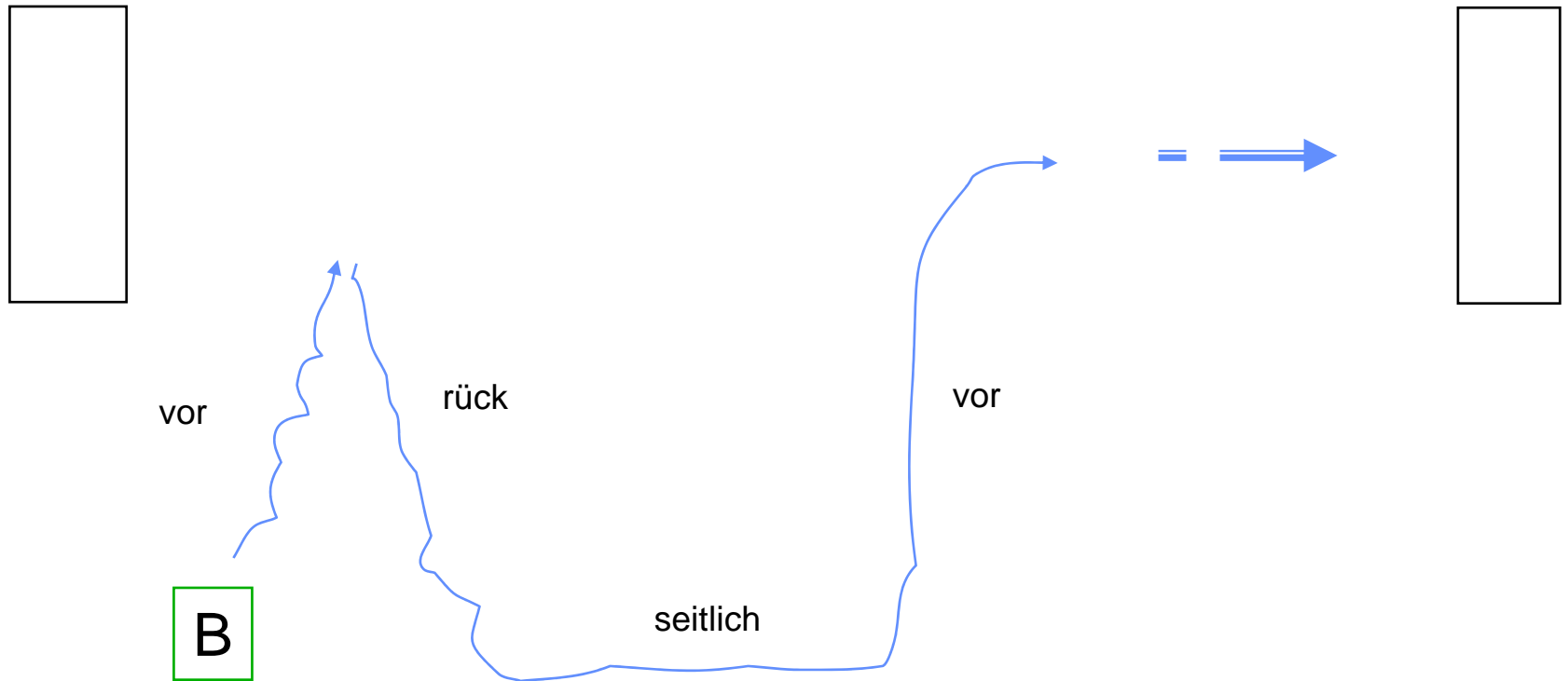
Die beiden Verteidiger lösen sich sofort auf die Seite (gestafelt), Center läuft durch die Mitte und rückt den beiden Flügel nach. Ein Flügel zieht in die Mitte und läuft dann Richtung Bande. Goalie wirft in diesen freien Raum. Der andere Flügel zieht auf den vorderen Pfosten

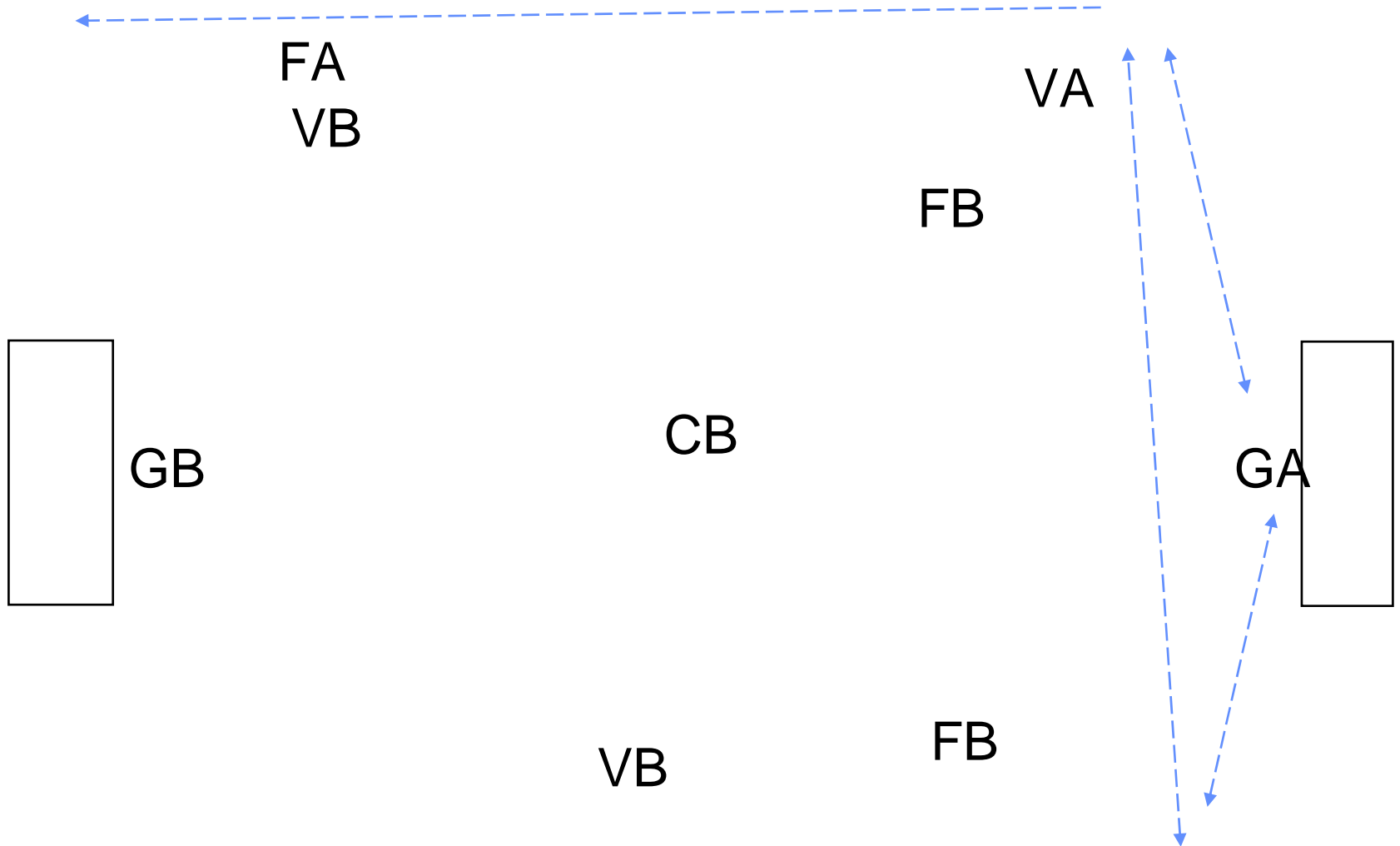


# Pass-Schussübung



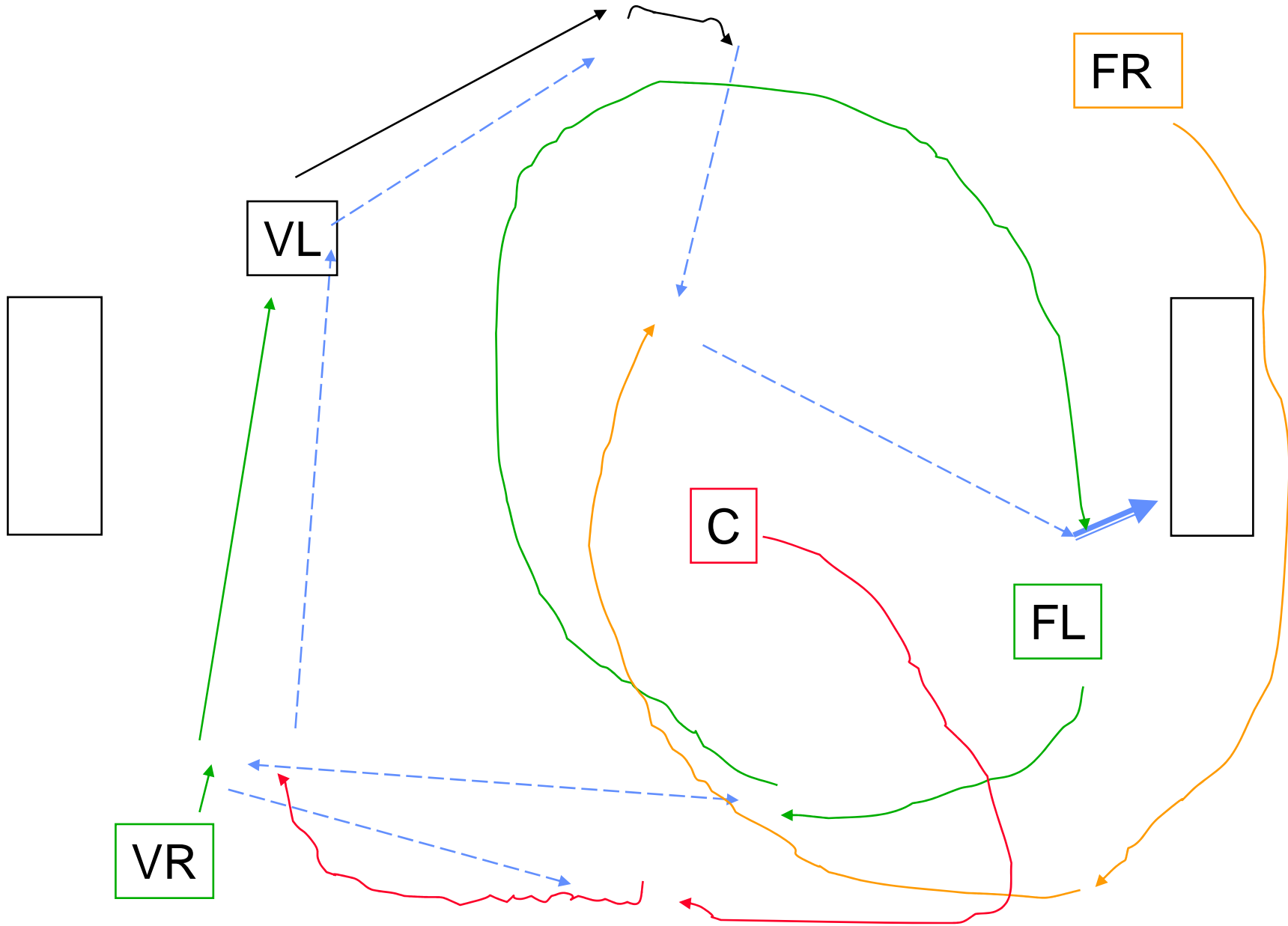
# Ballführung mt verschiedenen Laufarten und Drehschuss





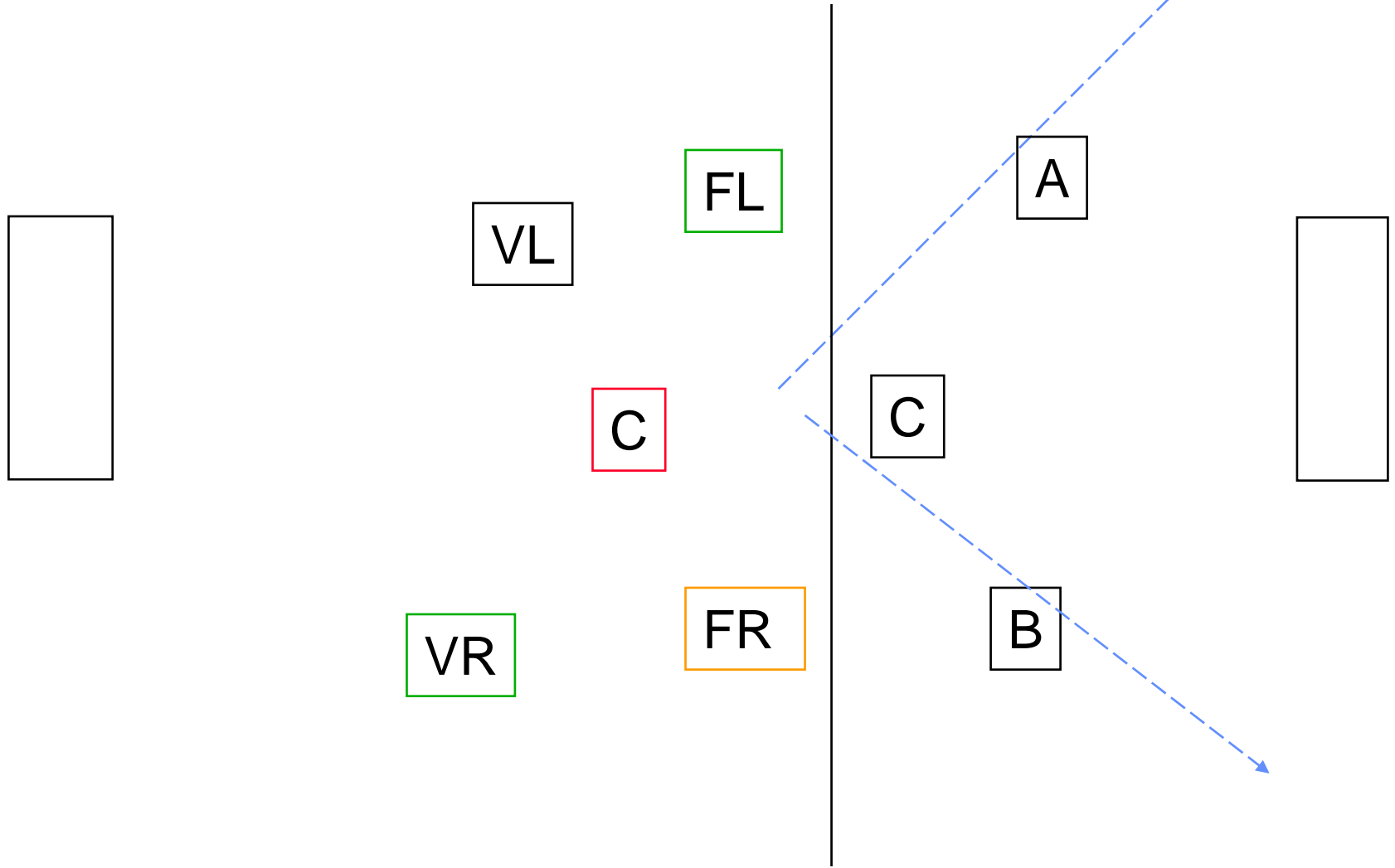
Team A und B. VA versucht auf FA tief auszulösen, Team B betreibt Forchecking auf A, wenn Bball abfängt sofort Transitiongame und schneller Abschluss. Wenn A Auslösung gelingt, Backchecking von B. VB versucht Ball von FA zu erkämpfen, und löst über VB oder FB aus. Transitiongame

Auslösung: Ausgangslage wie gez. FL läuft macht Doppelpass mit VR, C läuft an erhält Ball von V1  
C läuft mit Ball gegen Mitte (def), Verschiebung der beiden V, C spielt auf V1 dieser auf V2. V2  
nimmt Ball kurz mit und spielt ihn auf FR, dieser auf FL, Schuss

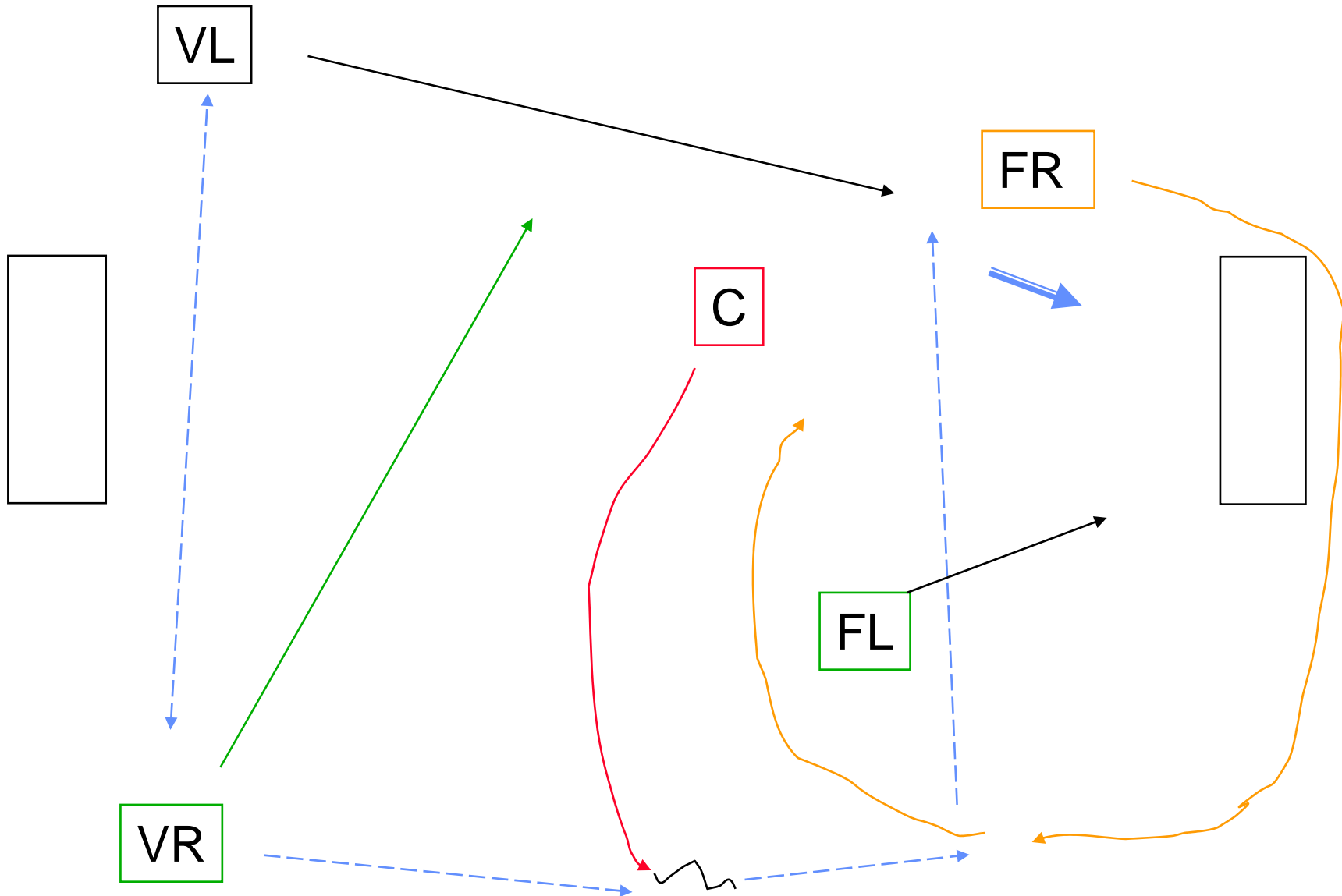


Defensivverhalten: Forchecking mit 5 Off. und 3 Def. Spieler. Ball wird in Verteidigungszone gespielt. Der komplette Block stösst sofort nach, versucht den Ball zurückzugewinnen und ein schnelles Tor zu erzielen.

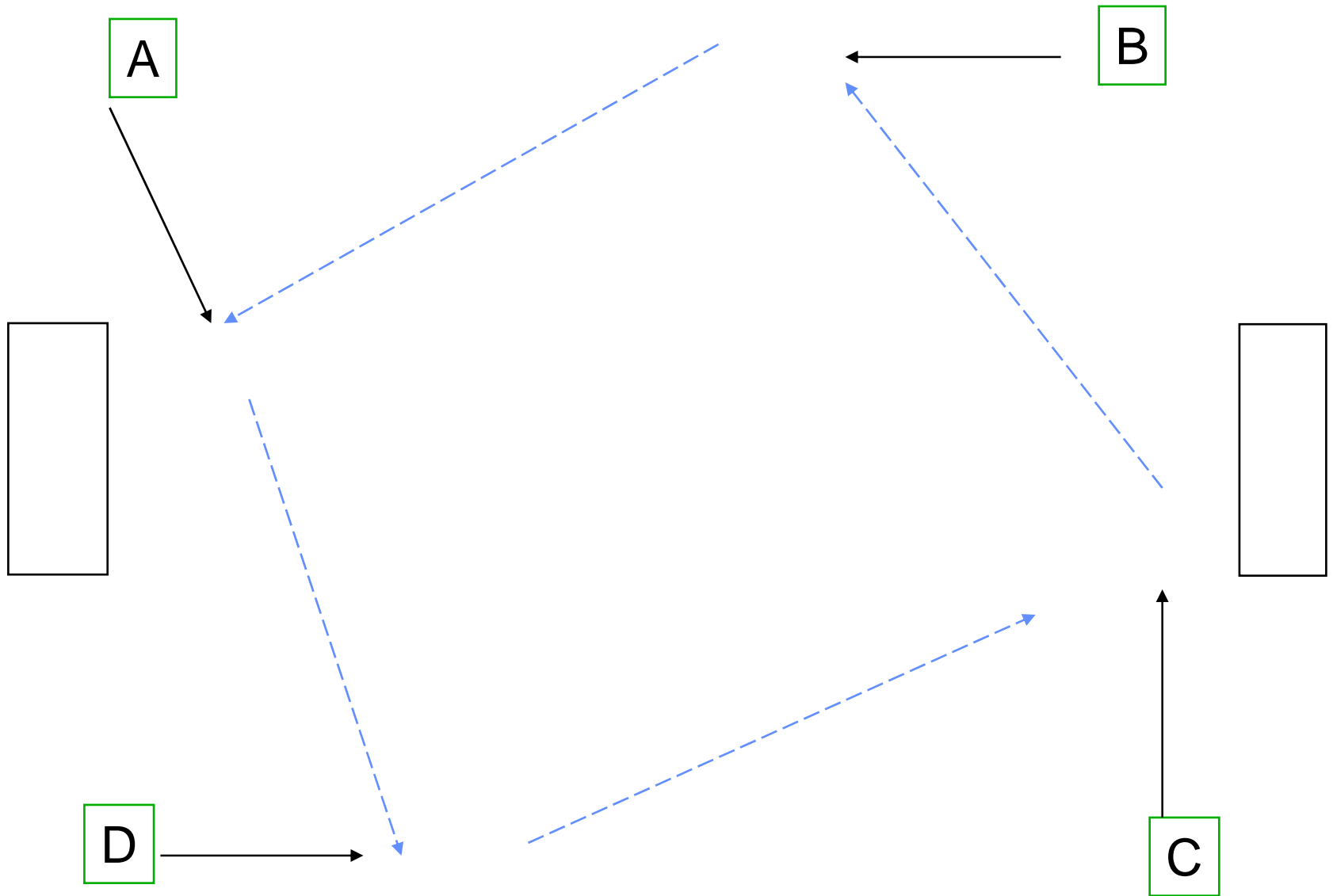
Die 3 Def Spieler versuchen auszulösen, bevor sie unter Druck geraten. Wenn Ball über mittellinie ist Spiel fertig



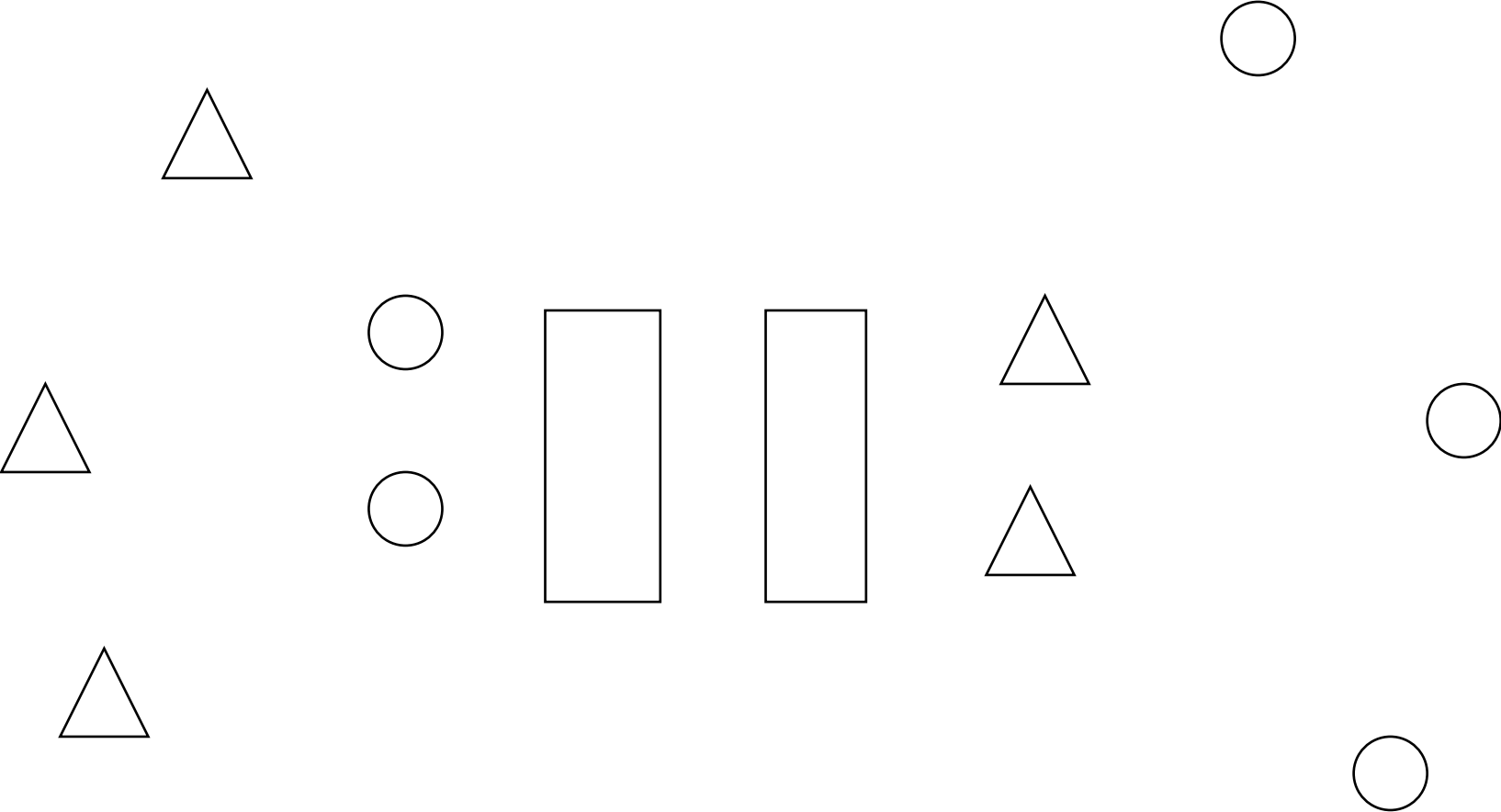
Auslösung: Ausgangslage wie gez. Die beiden V spielen Ball breit, C läuft an Bande und bekommt den Ball von V. C spielt auf den angelaufenen FR, dieser spielt quer auf den aufrückenden VL. FL übernimmt langen Pfosten. VR wechselt Seite, C wird VR, FR wird C, VL wird FL



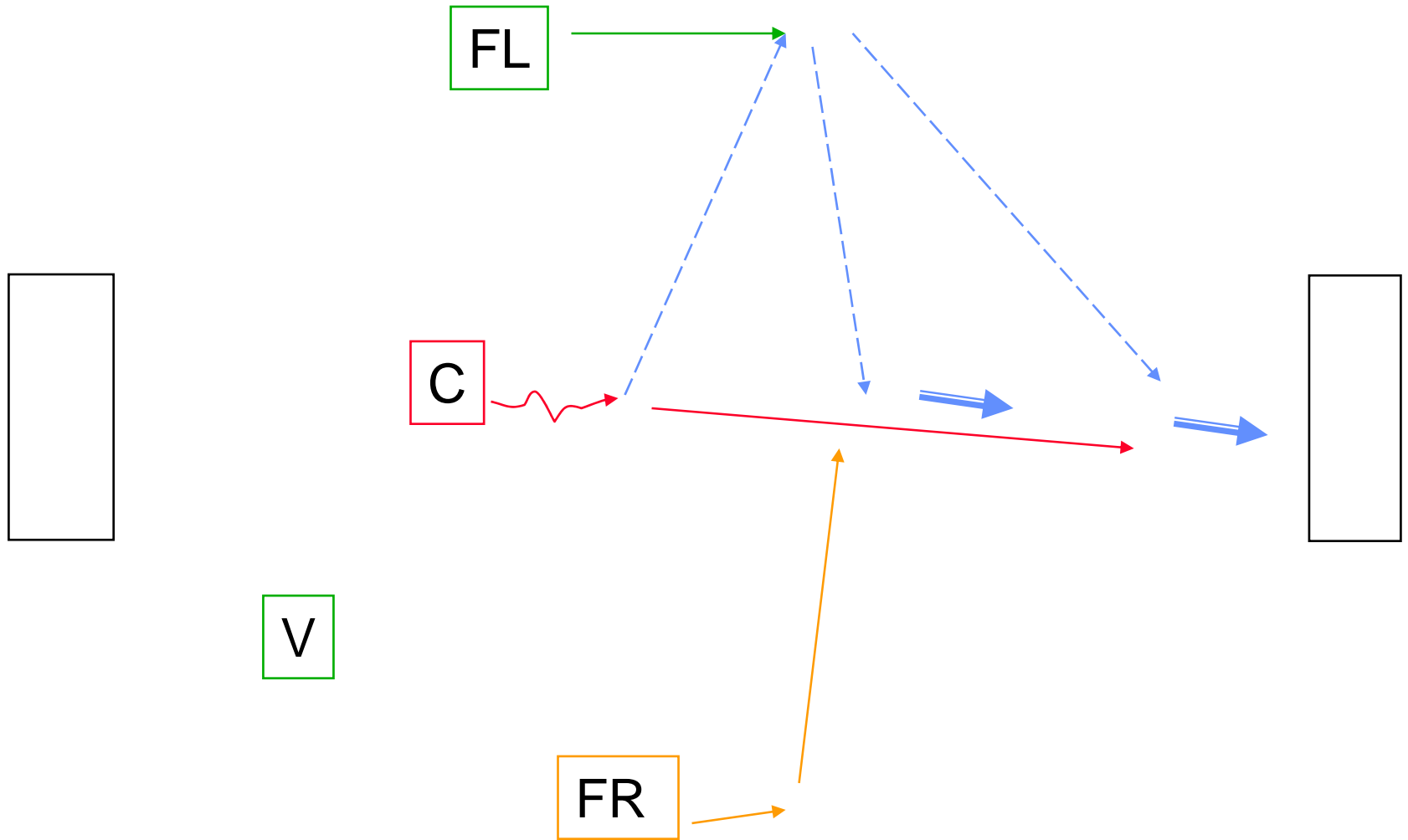
# Passübung im Viereck



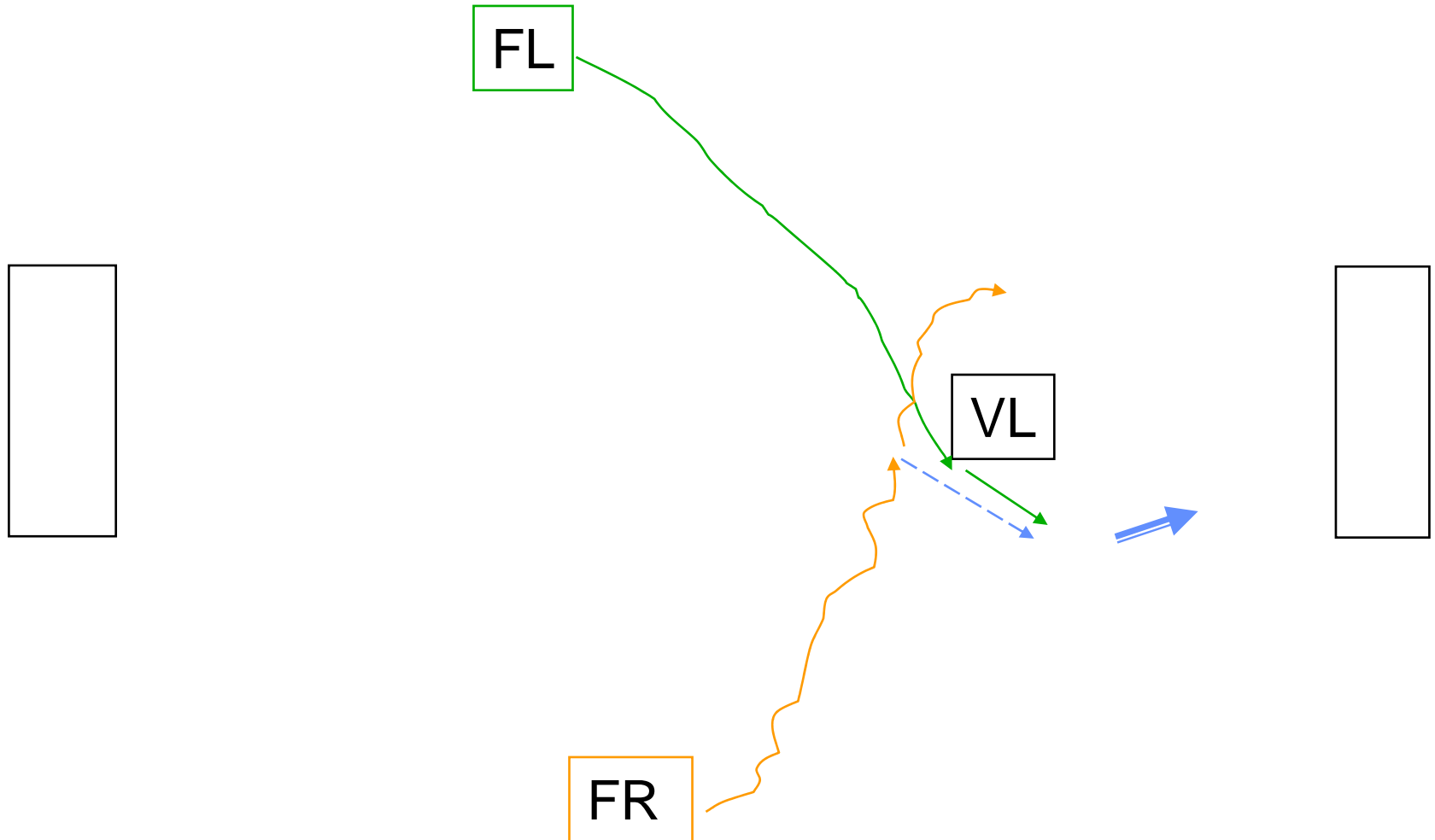
Dreieck und Kreis sind je ein Team, beide spielen ein 3-2. Offensive Kreise und Dreiecke können auch ihre defensive Partner miteinbeziehen (Transitiongame)



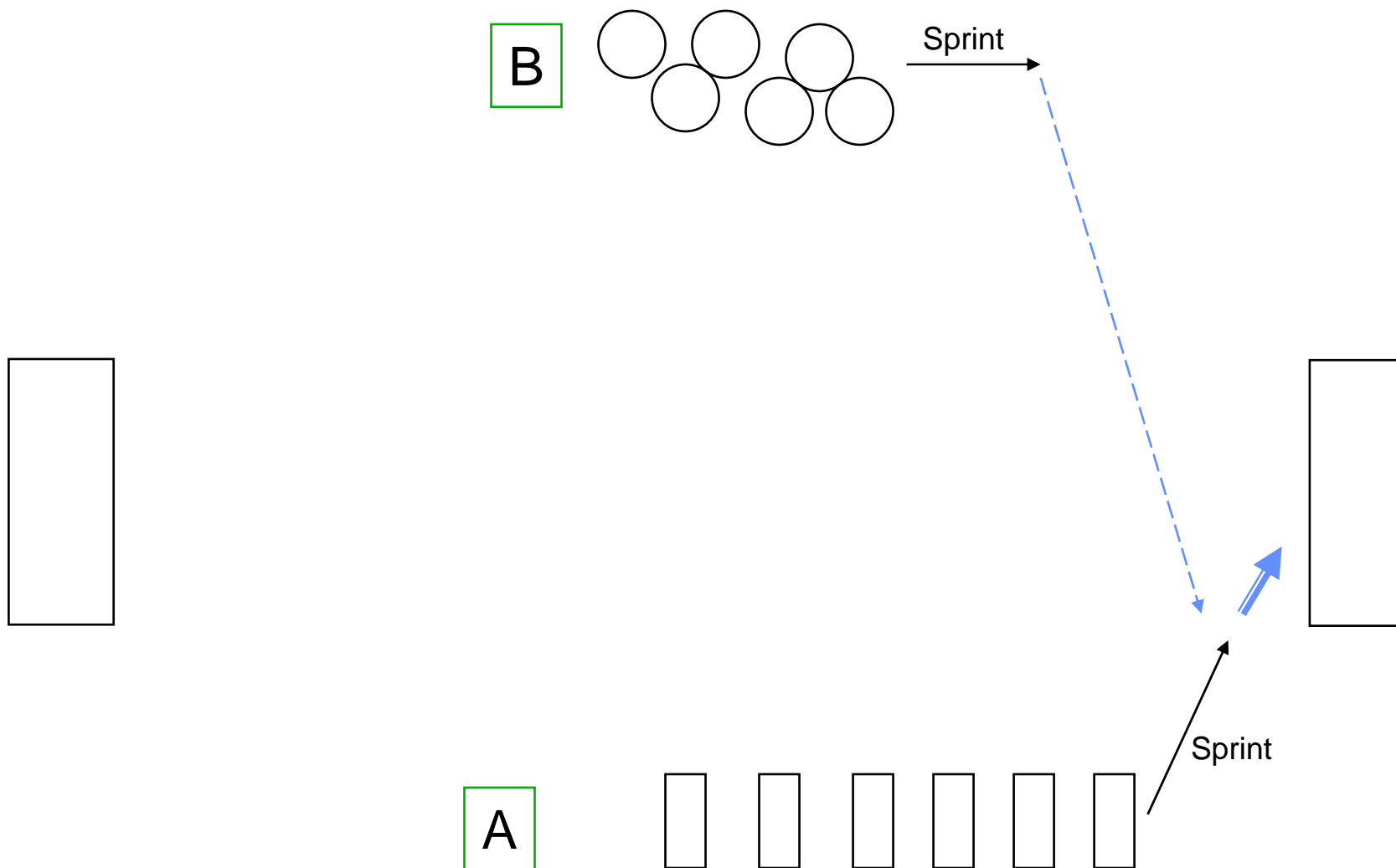
Transitiongame mit 3 gegen 2, Center zieht nach dem Pass voll in den Slot, FR läuft quer in die Mitte. FL verzögert Tempo. Somit hat FL 2 Anspielmöglichkeiten.



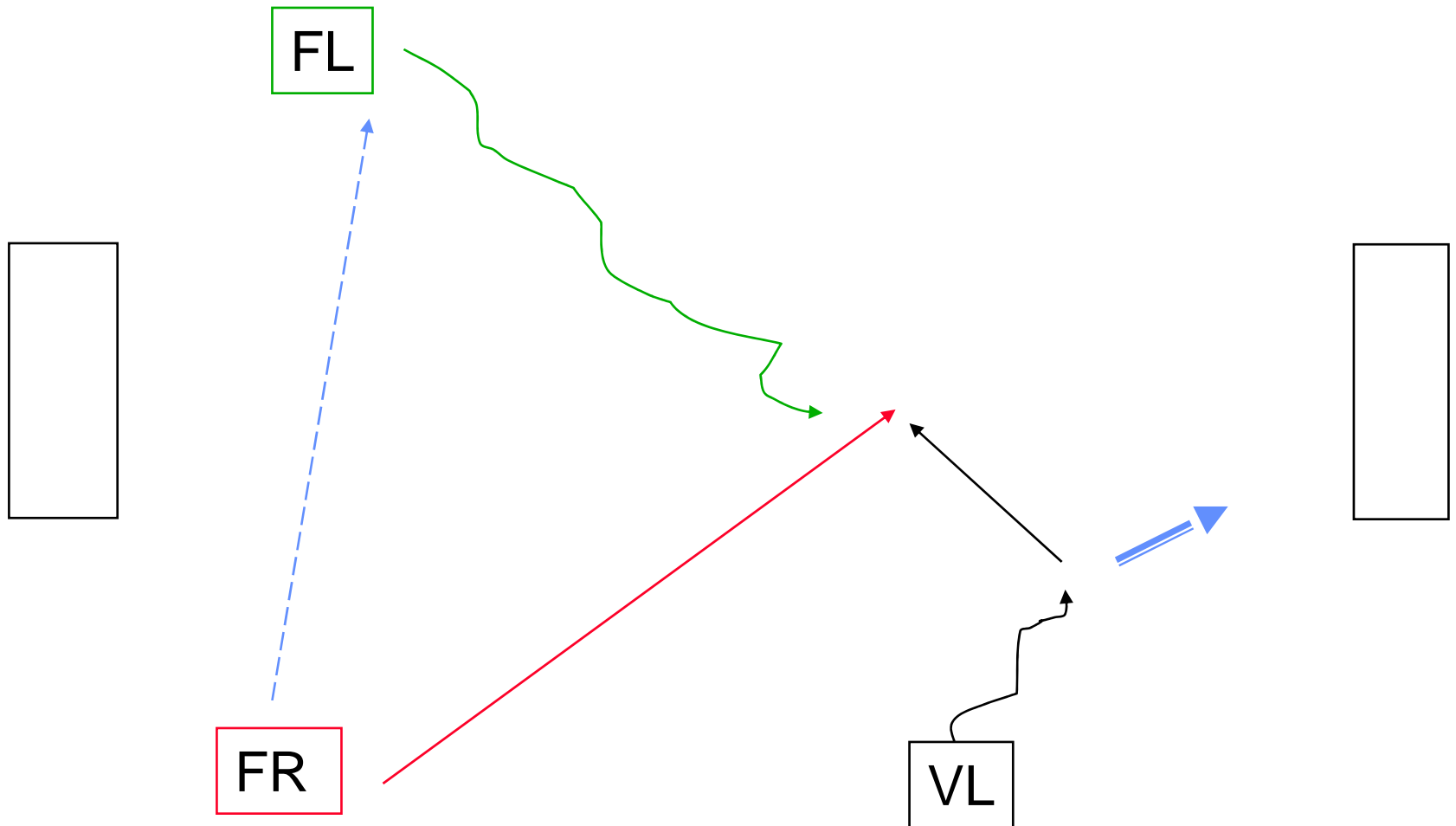
2 gegen 1 Offensiv. Spieler ohne Ball (FL) kreuzt vorne und blockt gleichzeitig gegnerischen Verteidiger. Somit hat der Ballführende (FR) 2 Möglichkeiten (selber gehen oder Pass spielen). Alles ist mit vollem Tempo möglich.



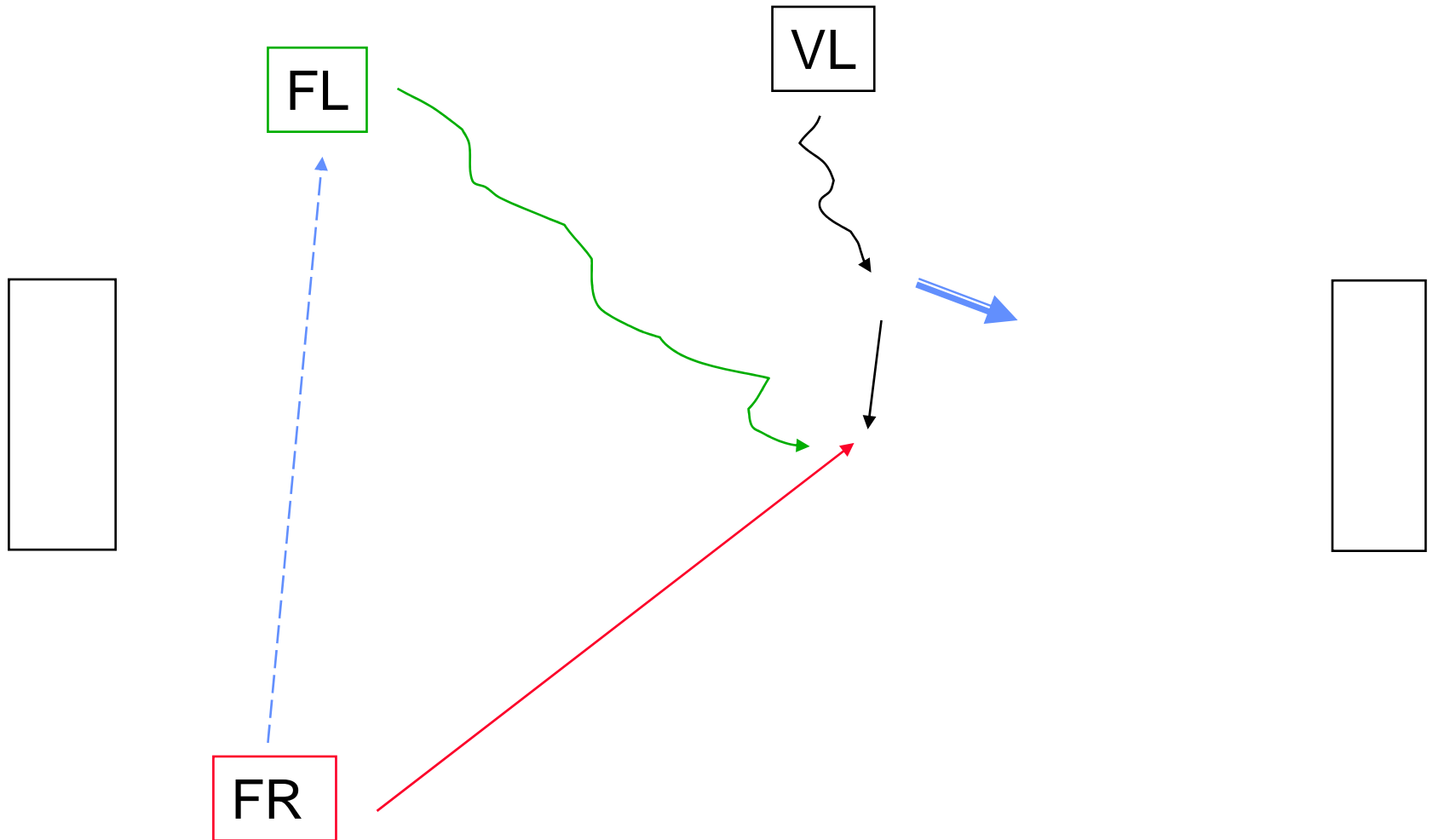
# Schnellkraft mit Abschluss



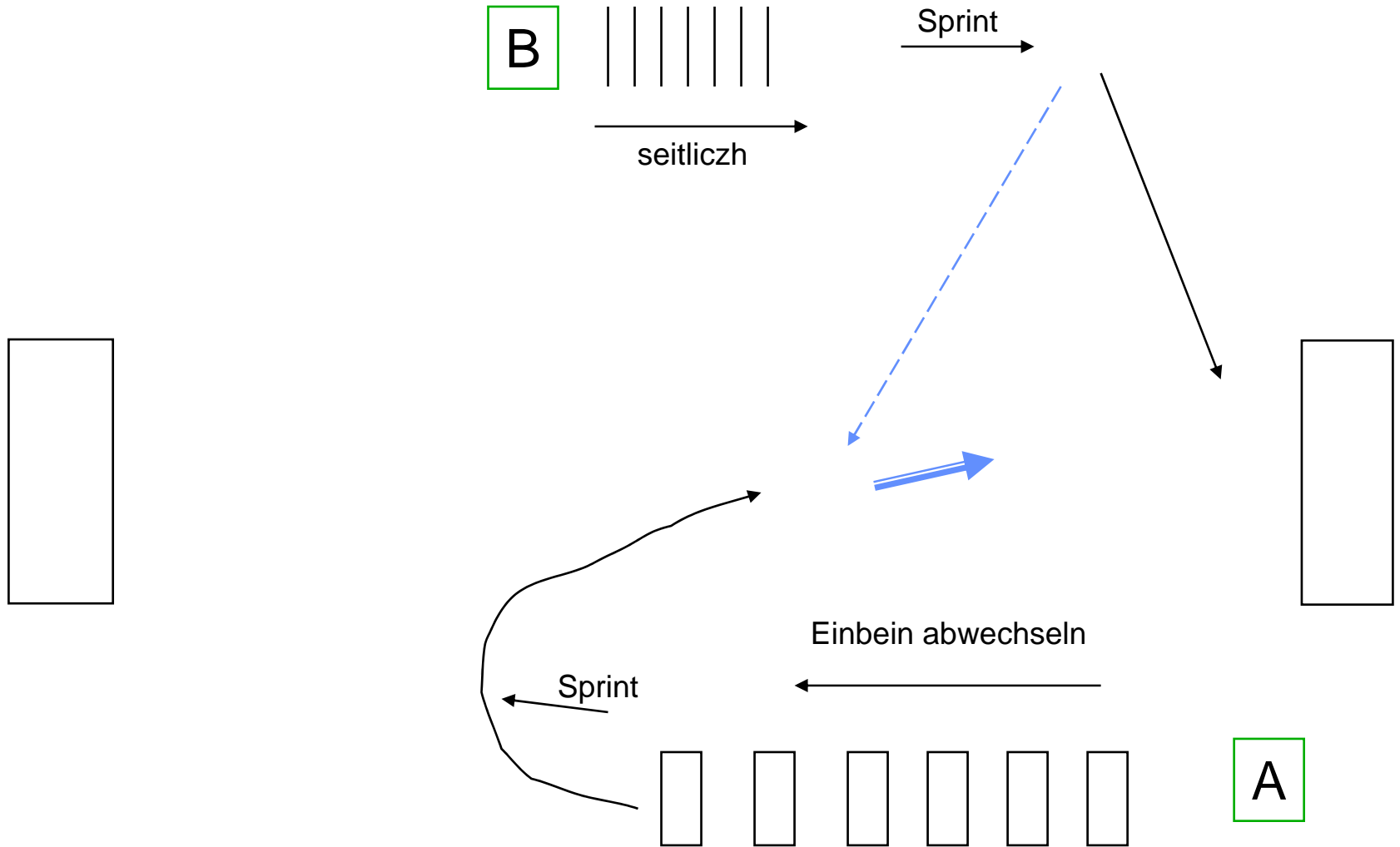
2 gegen 1 Offensiv. Spieler ohne Ball (FL) kreuzt vorne und blockt gleichzeitig gegnerischen Verteidiger. Somit hat der Ballführende (FR) 2 Möglichkeiten (selber gehen oder Pass spielen). Alles ist mit vollem Tempo möglich.

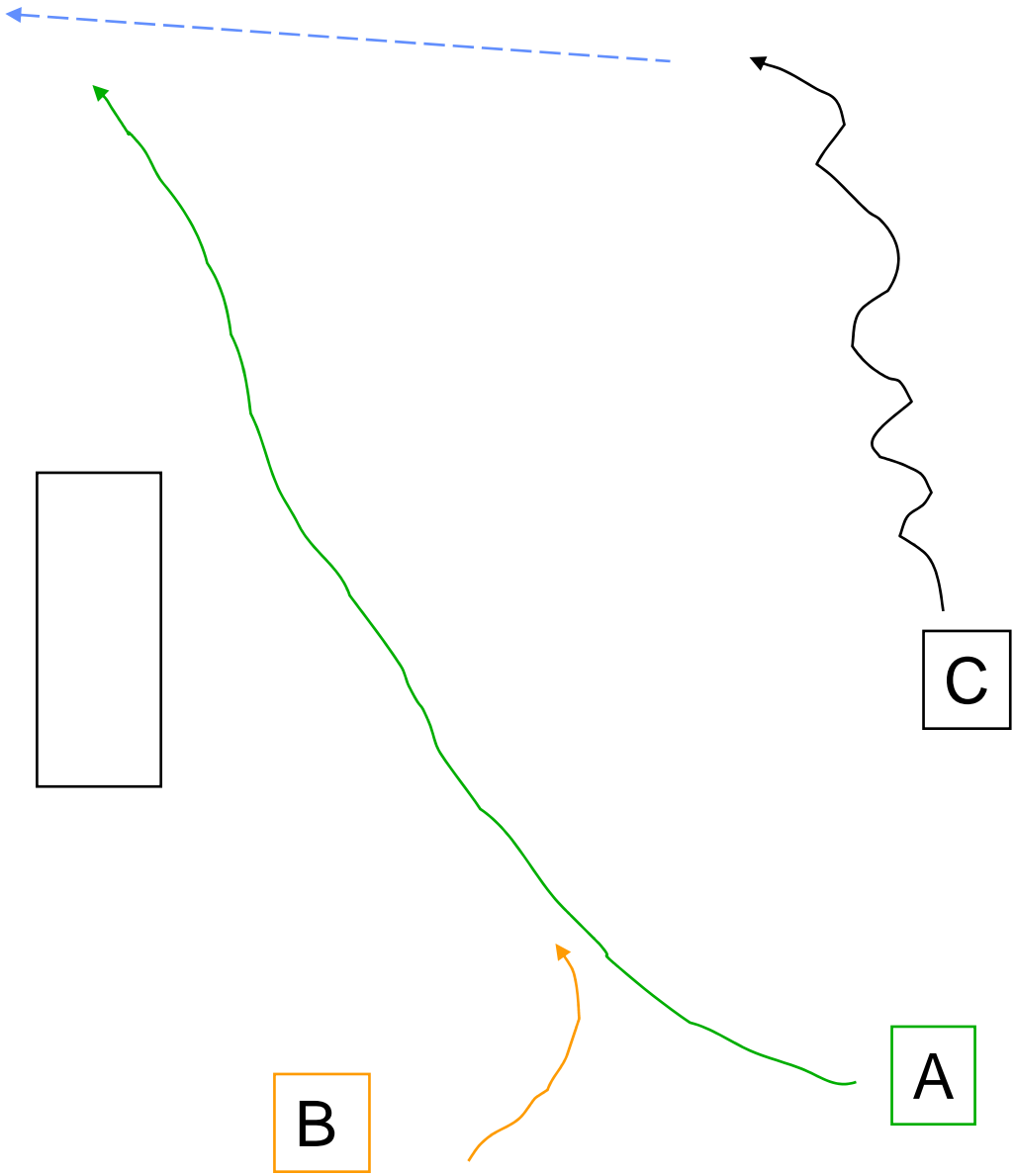


2 gegen 1 Offensiv. Spieler ohne Ball (FL) kreuzt vorne und blockt gleichzeitig gegnerischen Verteidiger. Somit hat der Ballführende (FR) 2 Möglichkeiten (selber gehen oder Pass spielen). Alles ist mit vollem Tempo möglich.

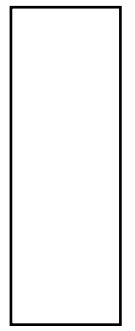


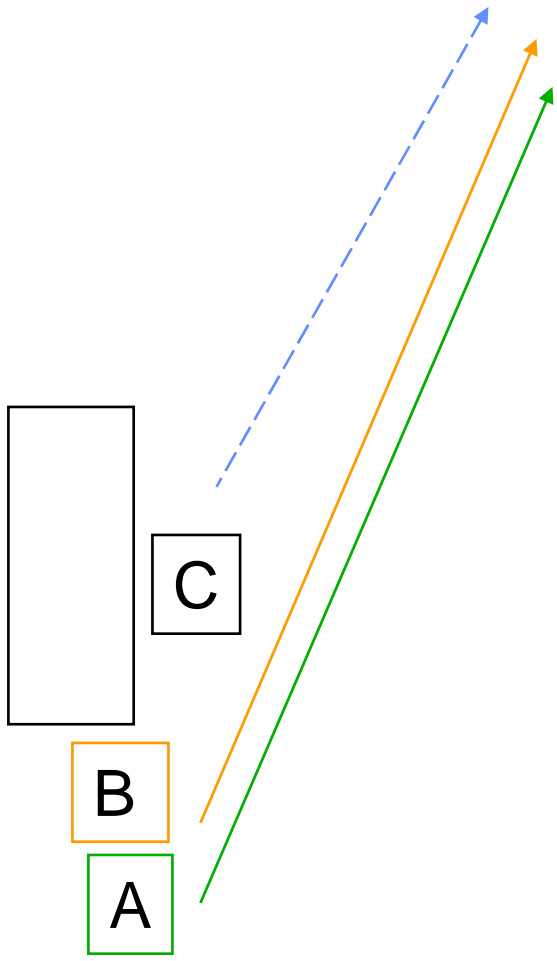
# Schnellkraft mit Abschluss





1 gegen 1 in Ecke. Def ist tief, Off mind.0,5m Abstand zur Bande. Tor

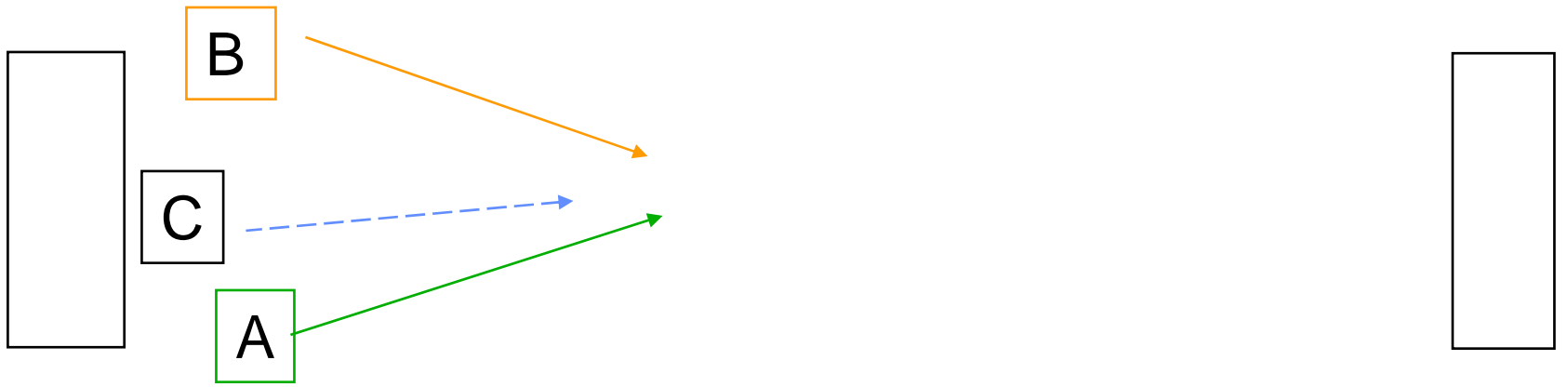




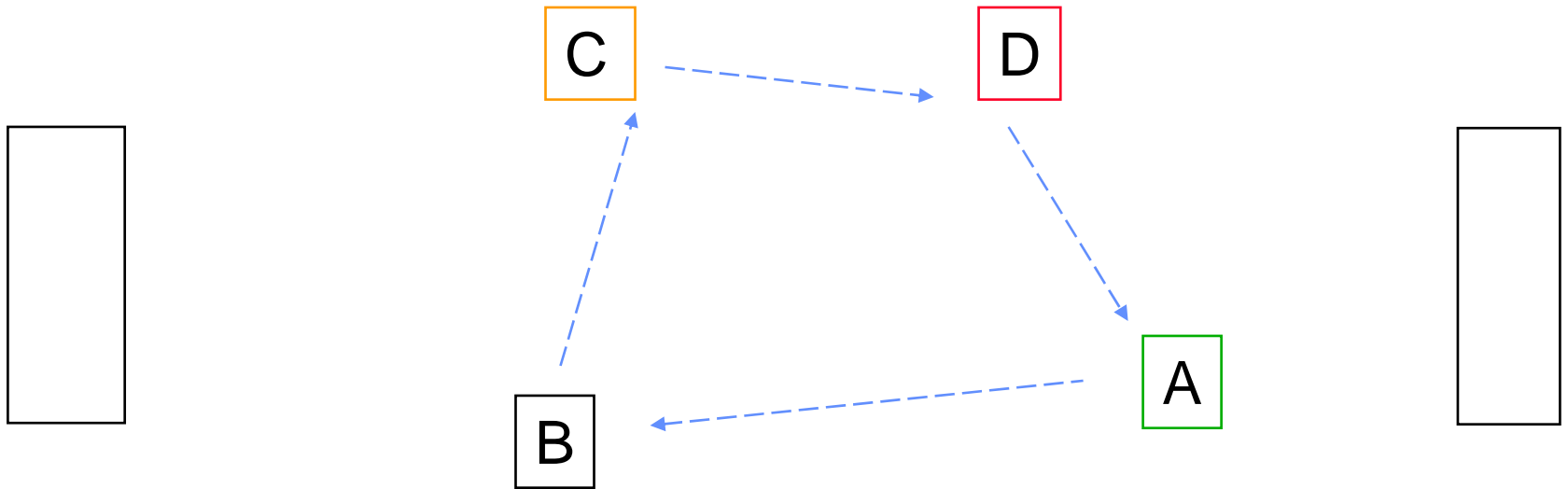
1 gegen 1 an Bande. Goalieauswurf  
Tor



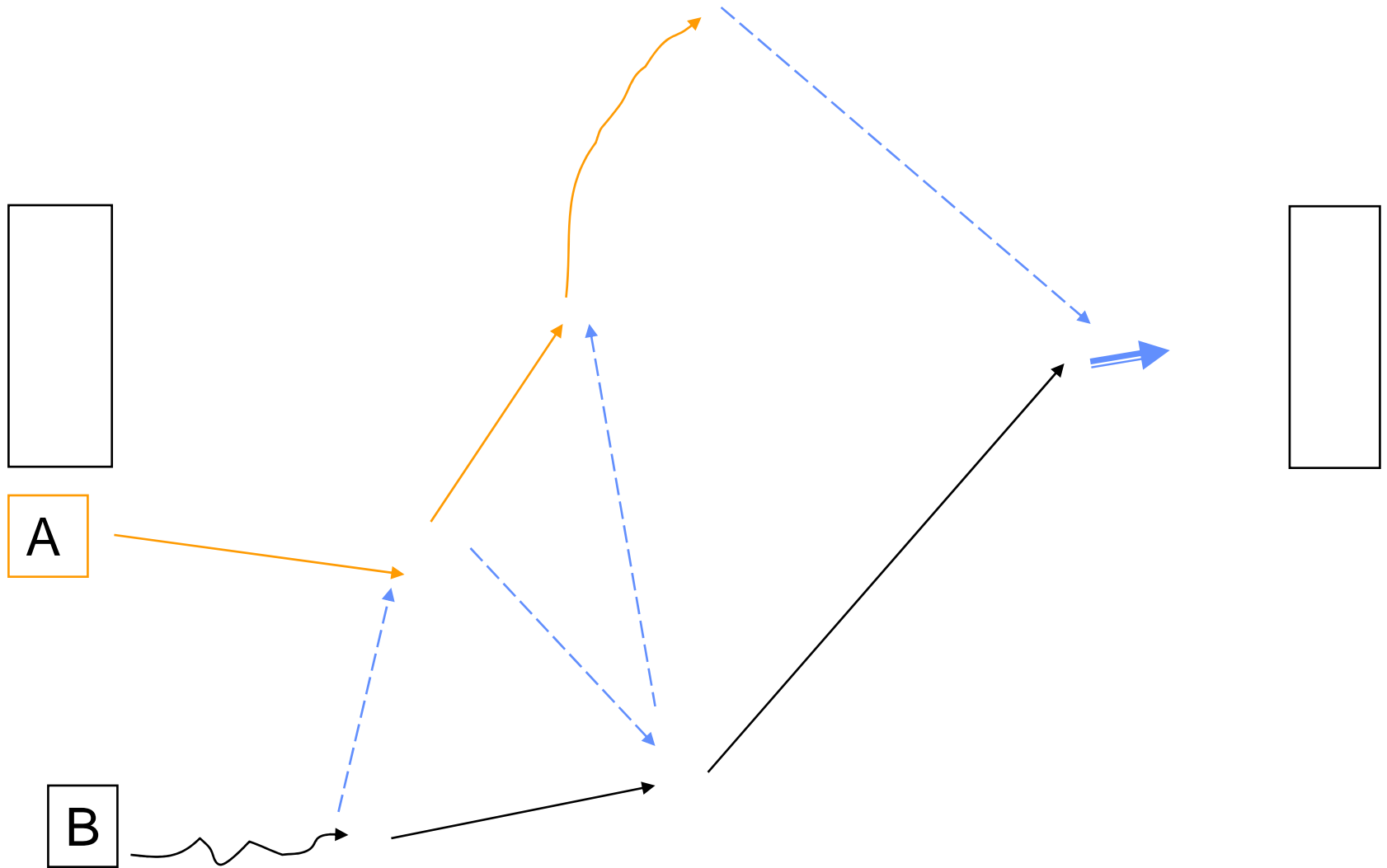
1 gegen1 im Lauf. Goalieauswurf  
Tor



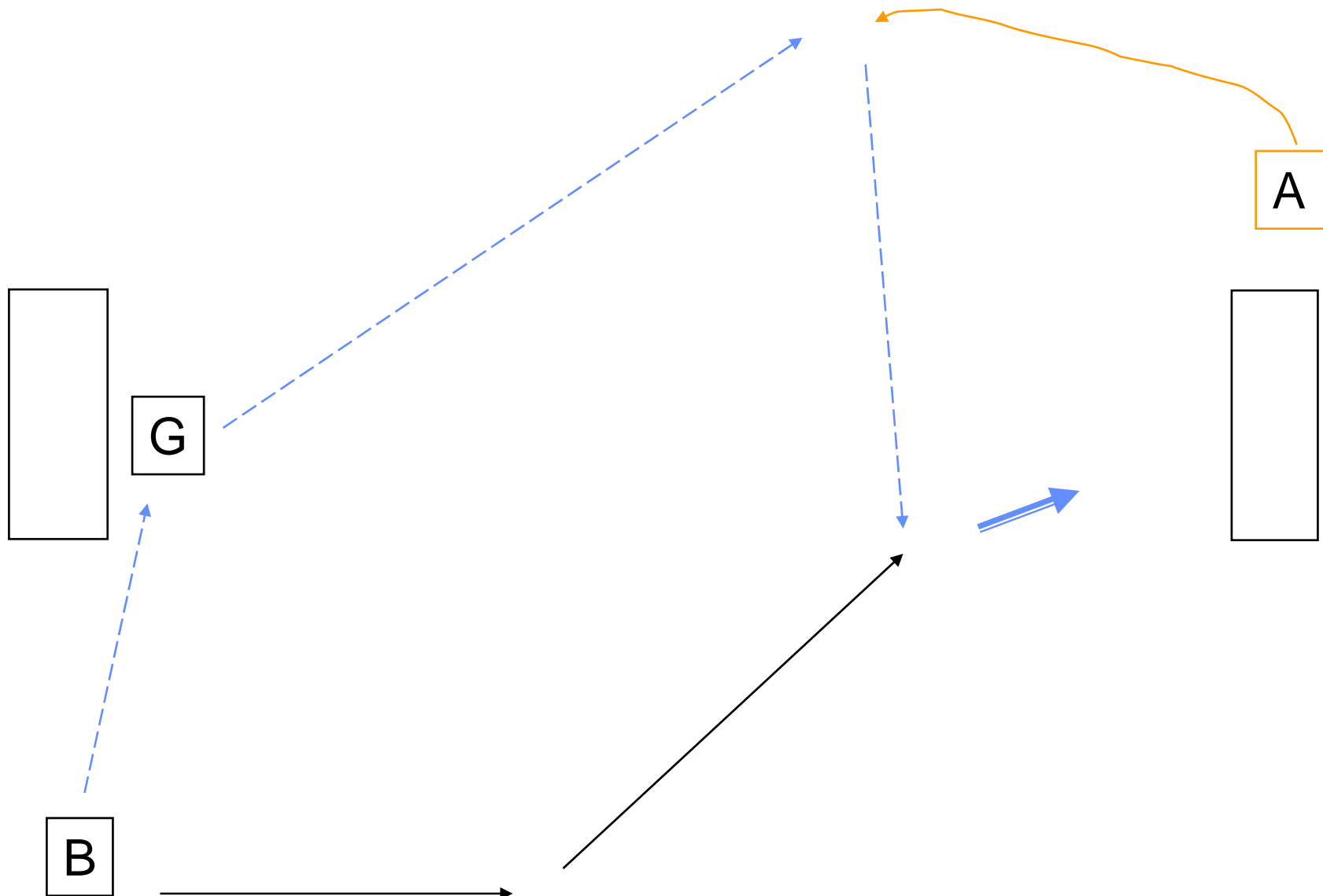
Passübung. Ball nur einmal berühren



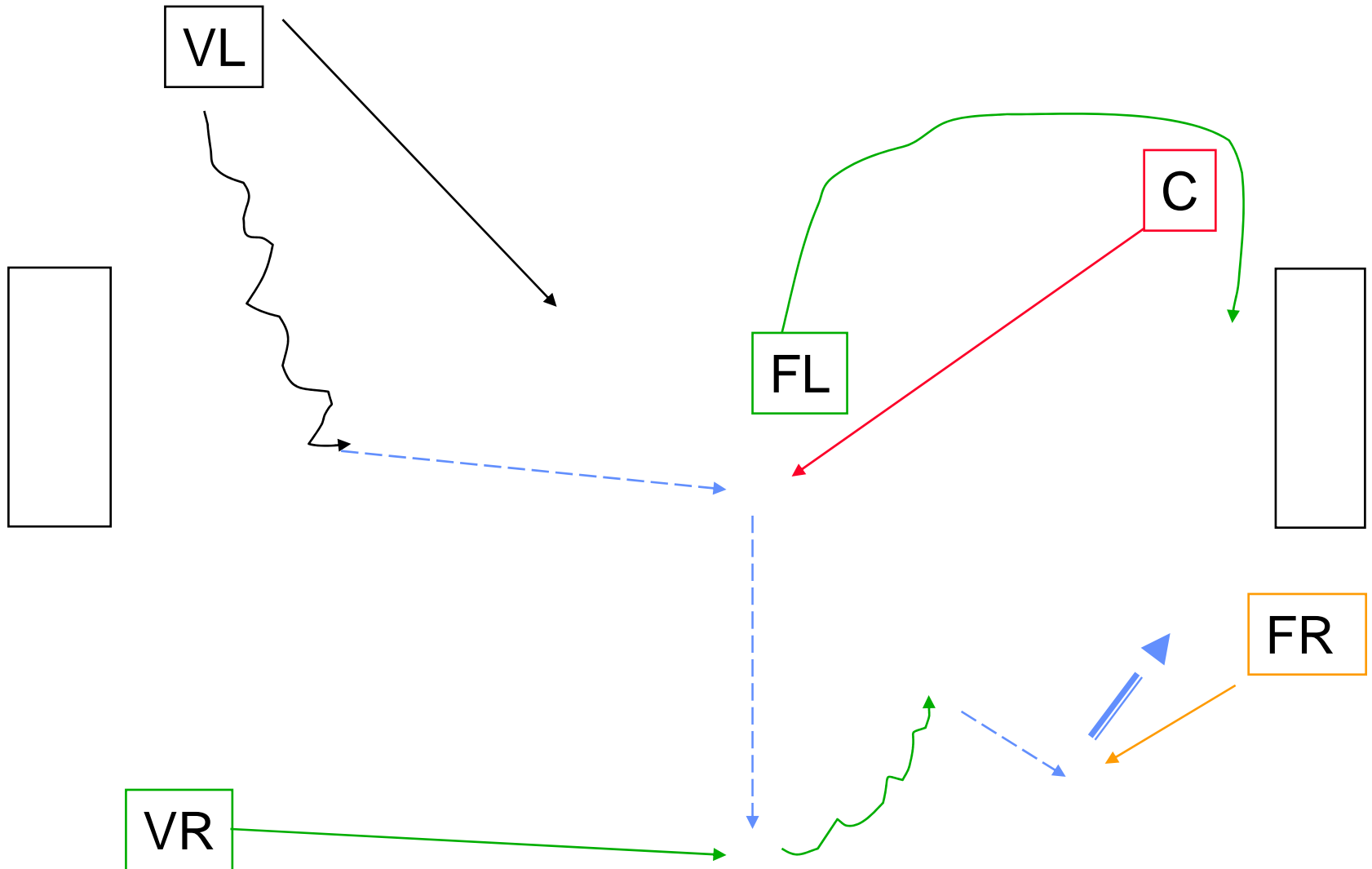
Doppelpass mit Abschluss. A beschleunigt einhändig



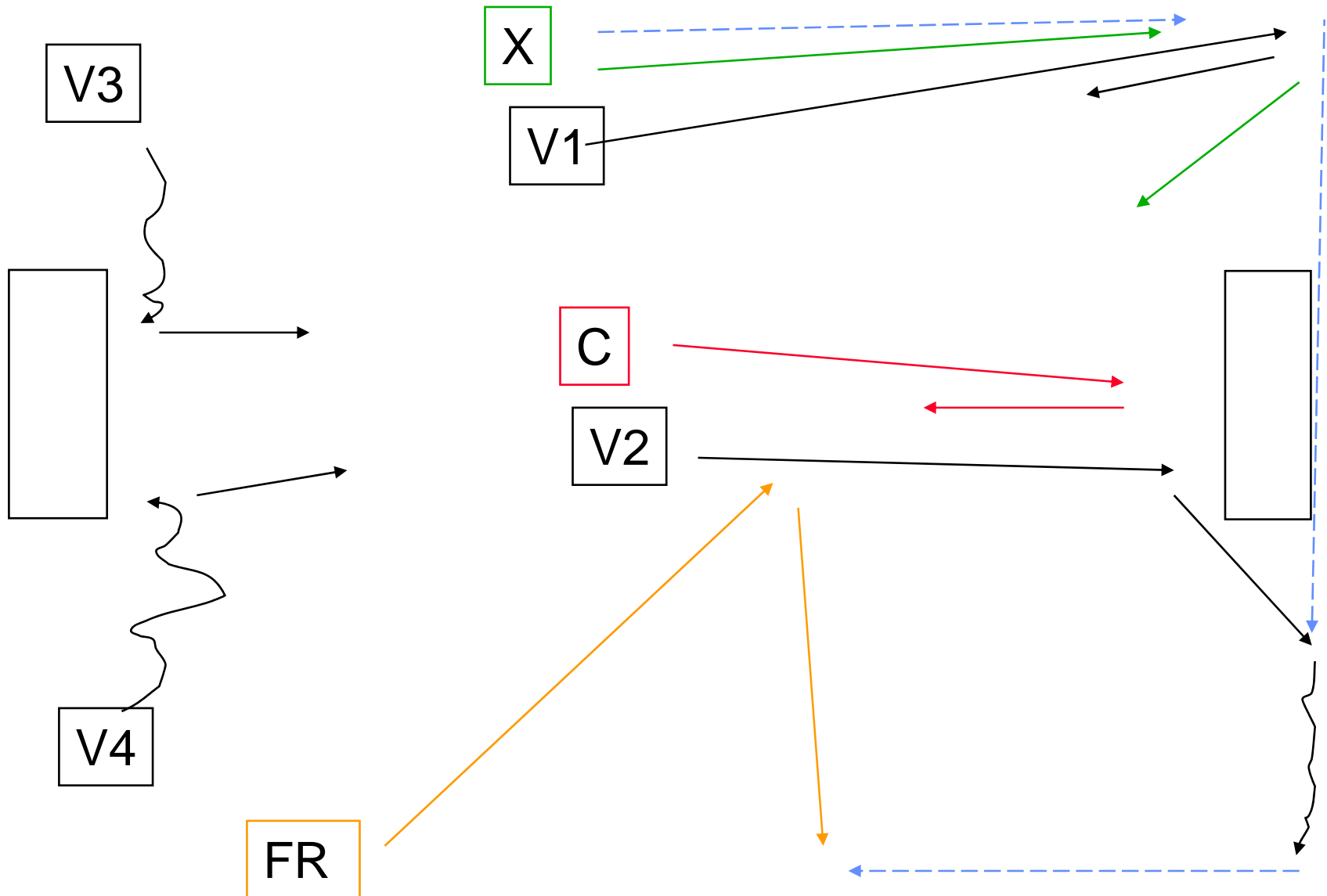
# Goalieauswurf mit Abschluss



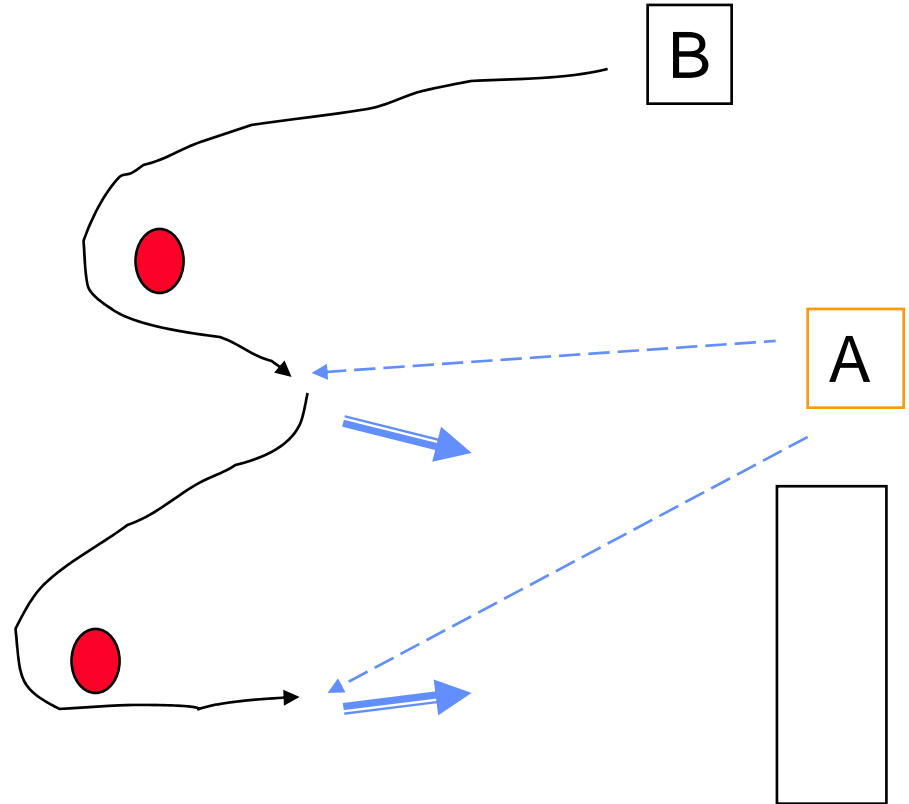
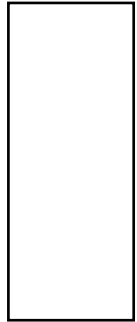
Auslösung: Durch die Mitte, wenn Gegner kompakt und tief in seinem Verteidigungsdrittel steht. Alle Positionen müssen gespielt werden können. VR muss immer reinziehen (Schuss oder dann Pass auf FR. FL immer auf den langen Pfosten. VL und C sichern hinten ab.



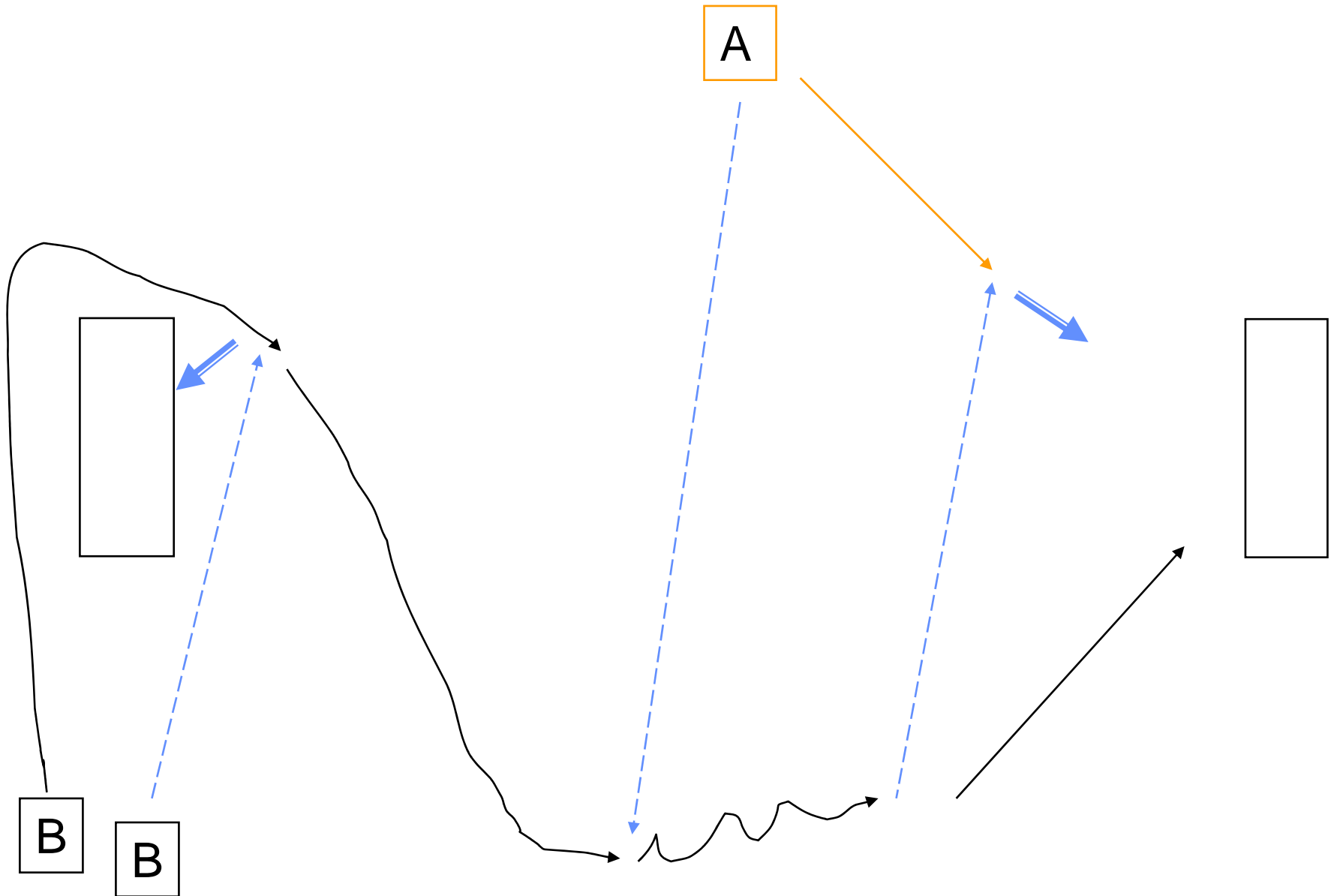
Verteidiger löst aus wenn er unter Druck ist (X und V). V spielt Ball schnell auf den anderen V. Dieser löst auf FR aus. Transitiongame 3 gegen 2 (V1, C, FR). Sie werden aber von X unter Druck gesetzt. V2 bekommt einen Goalieauswurf und macht Abschluss. V3 und V4 wechseln sich ab



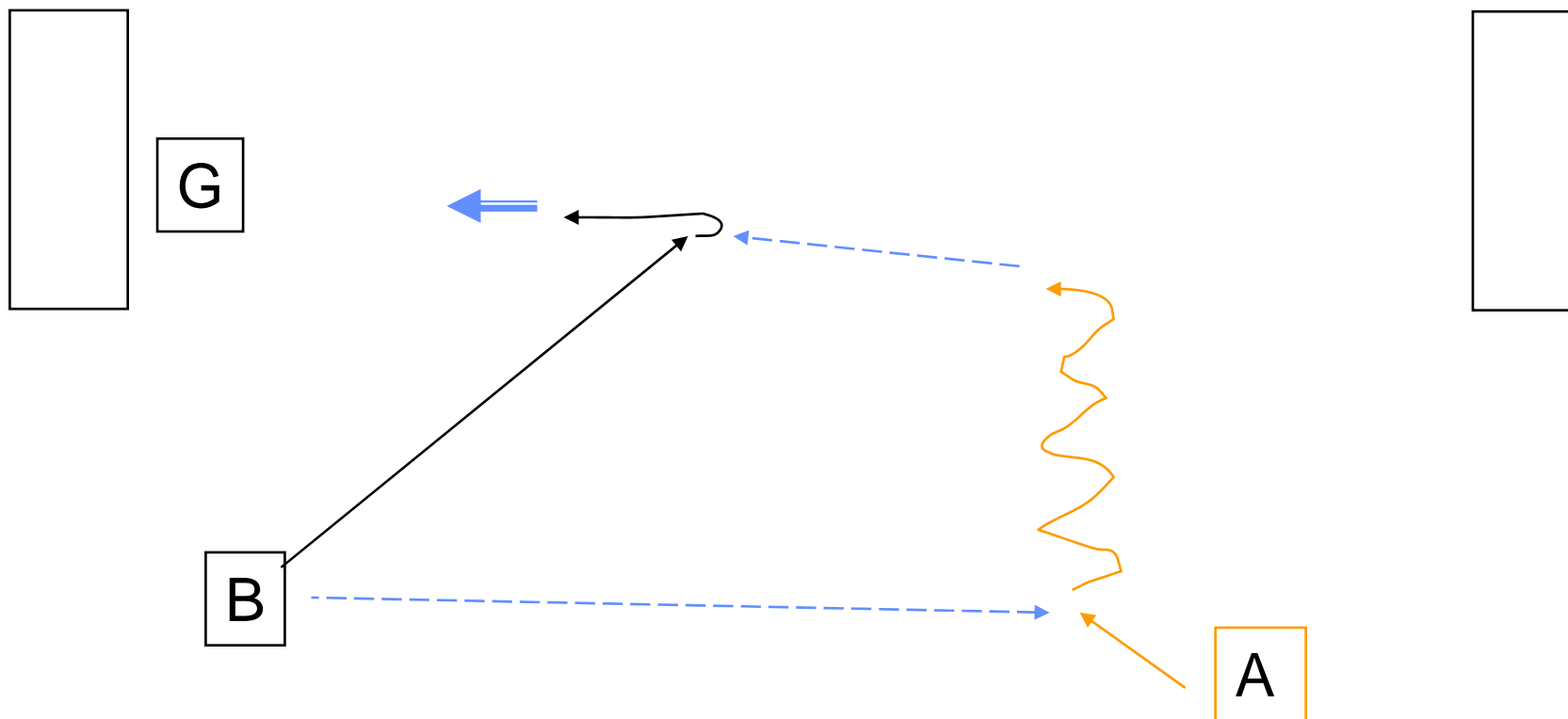
Schussübung, auf beide Tore



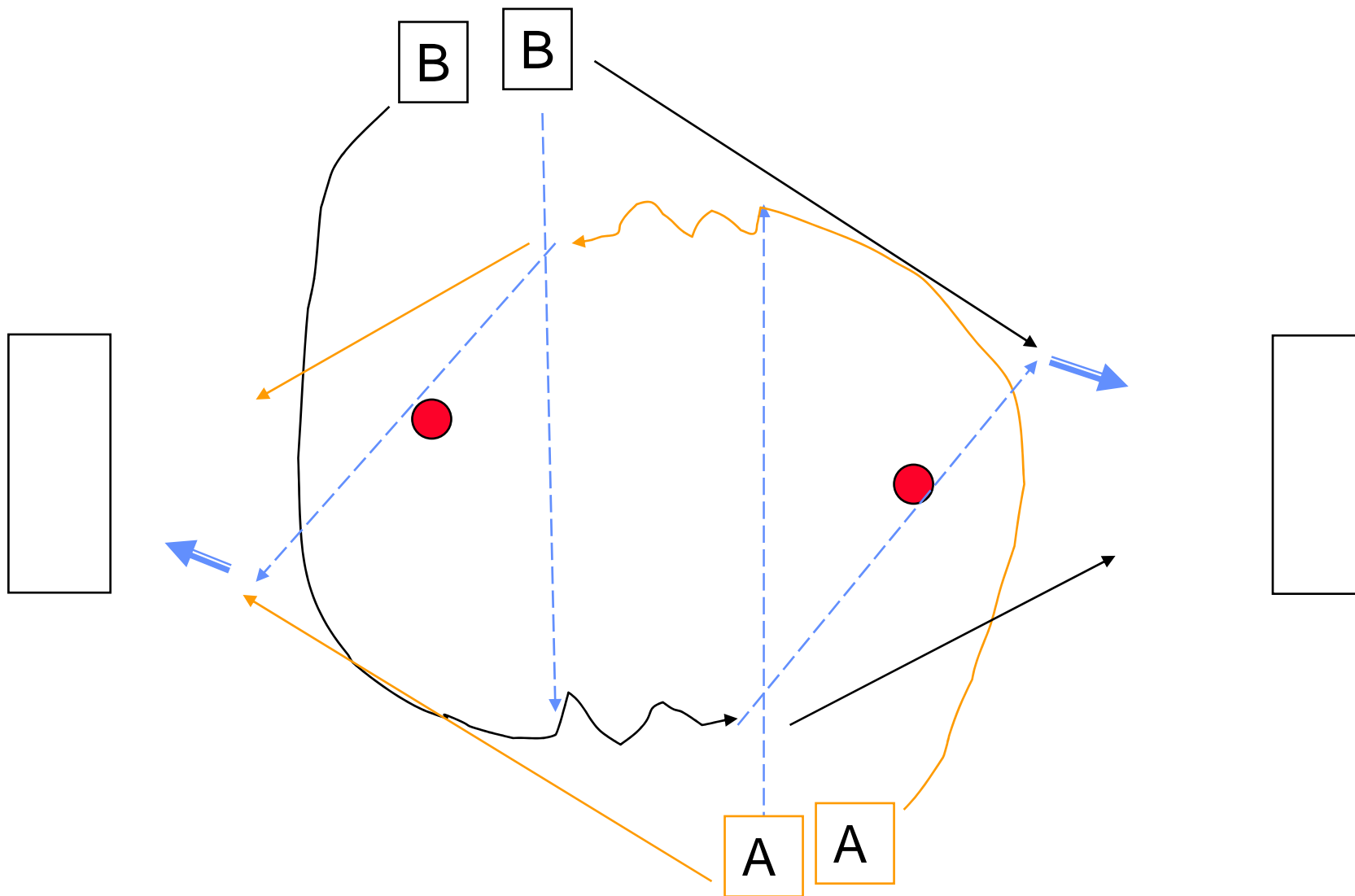
Pass und Abschlussübung, B läuft nach erfolgtem Pass auf A steil auf das Tor (Abpraller)



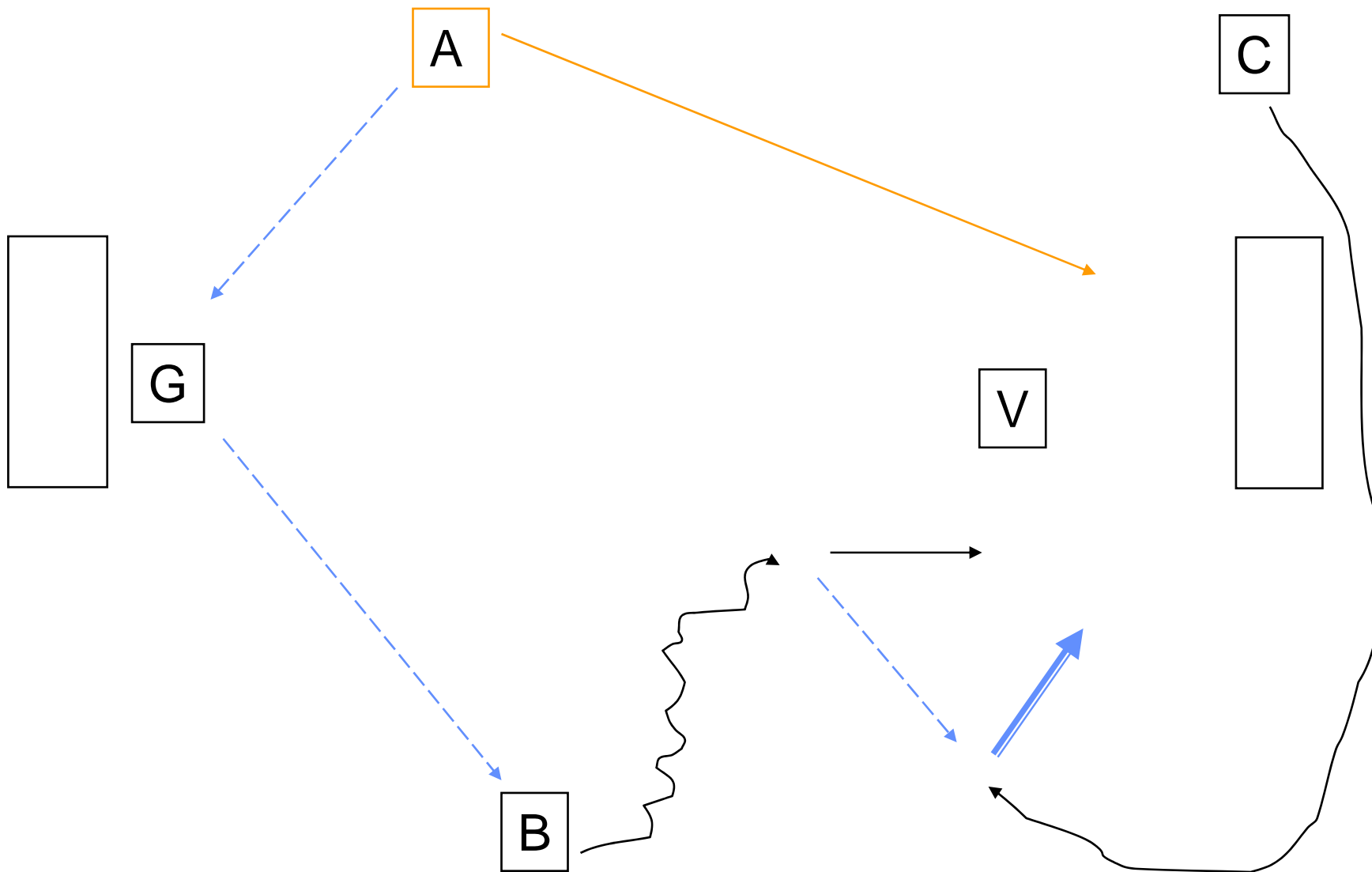
Pass-und Schussübung, B übernimmt Ball mit 180° Drehunh und schlisst sofort ab.



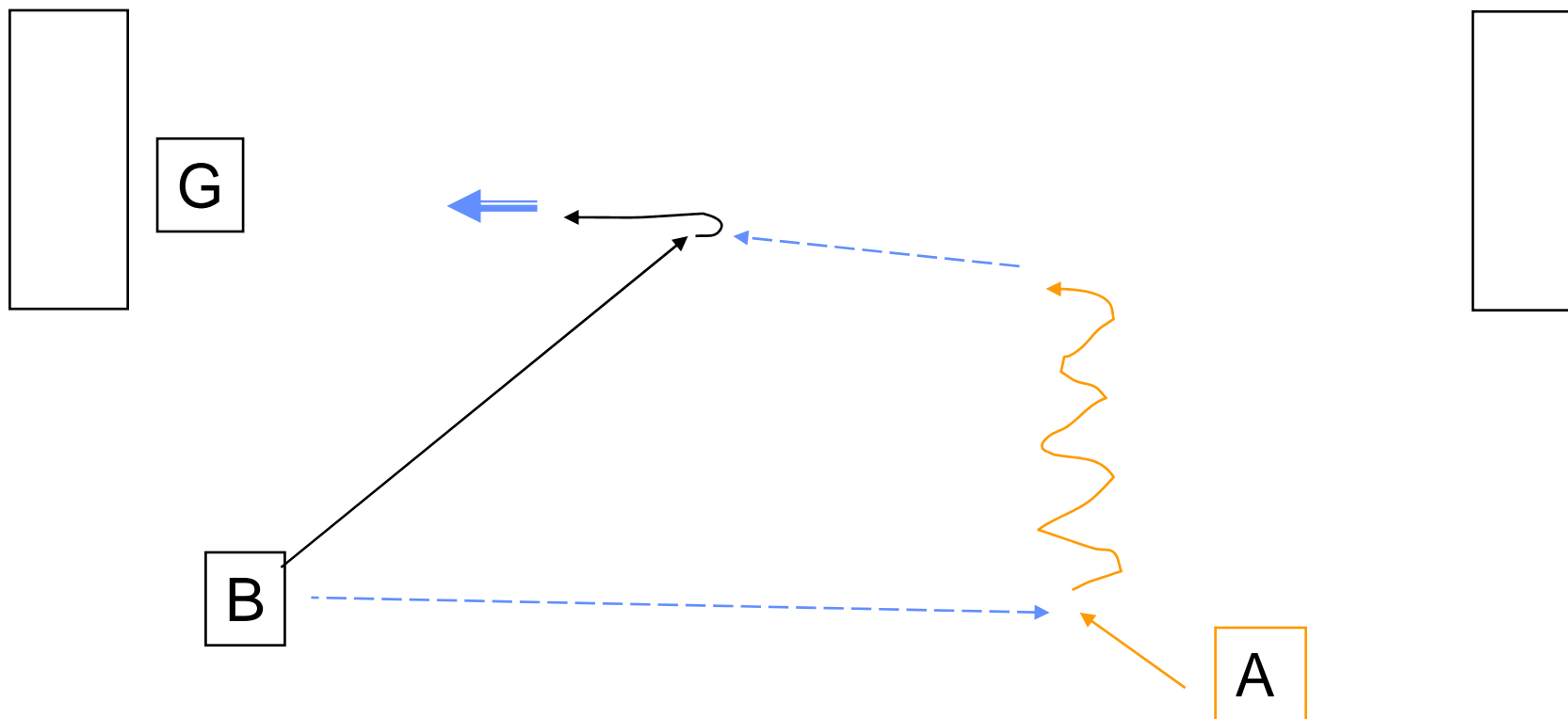
# Pass-Schussübung mit einhändiger Ballführung und direktem Abschluss



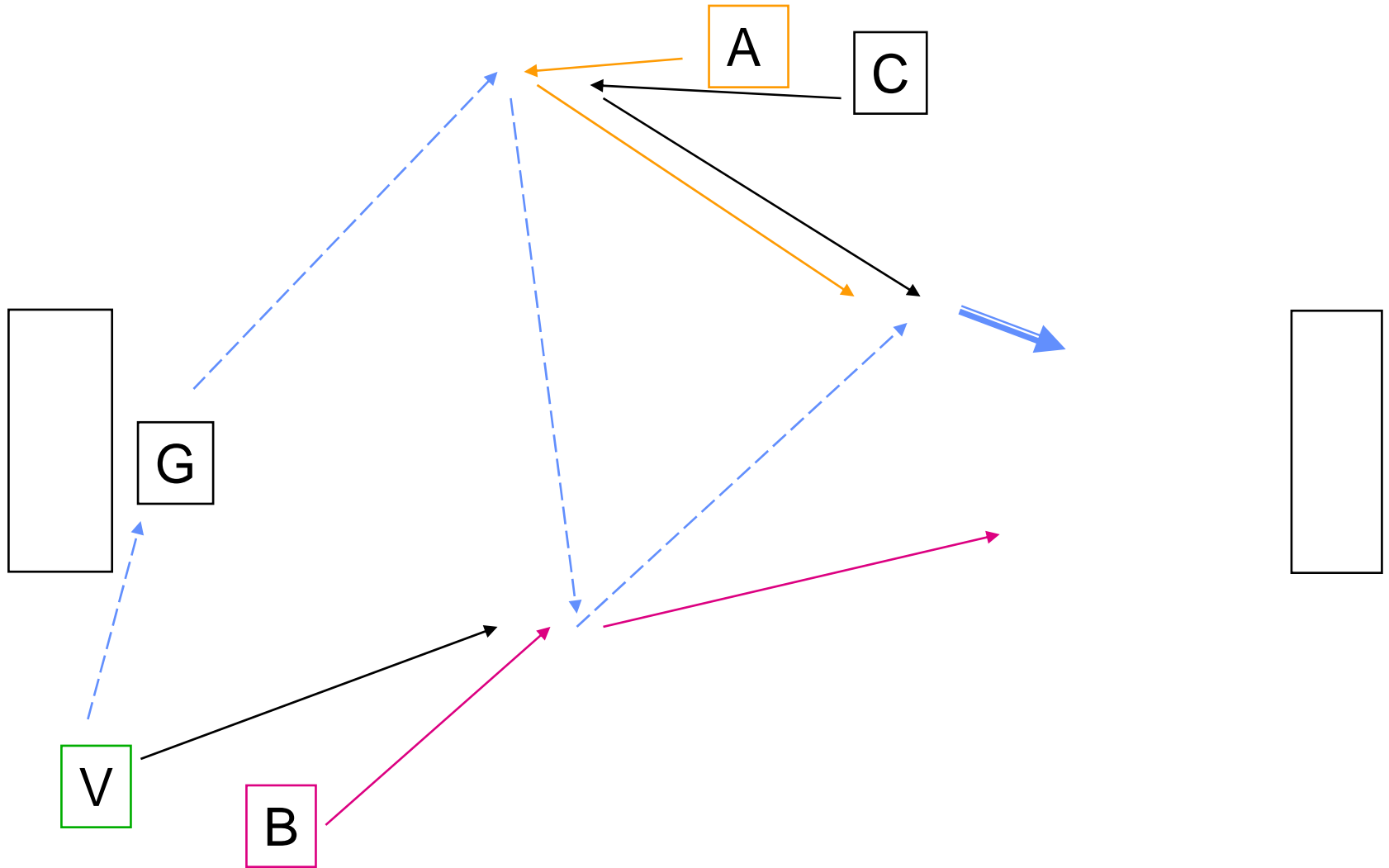
Auslösung über Goalie, B zieht in die Mitte, blockt dann V, C macht Abschluss oder gibt Pass auf A.



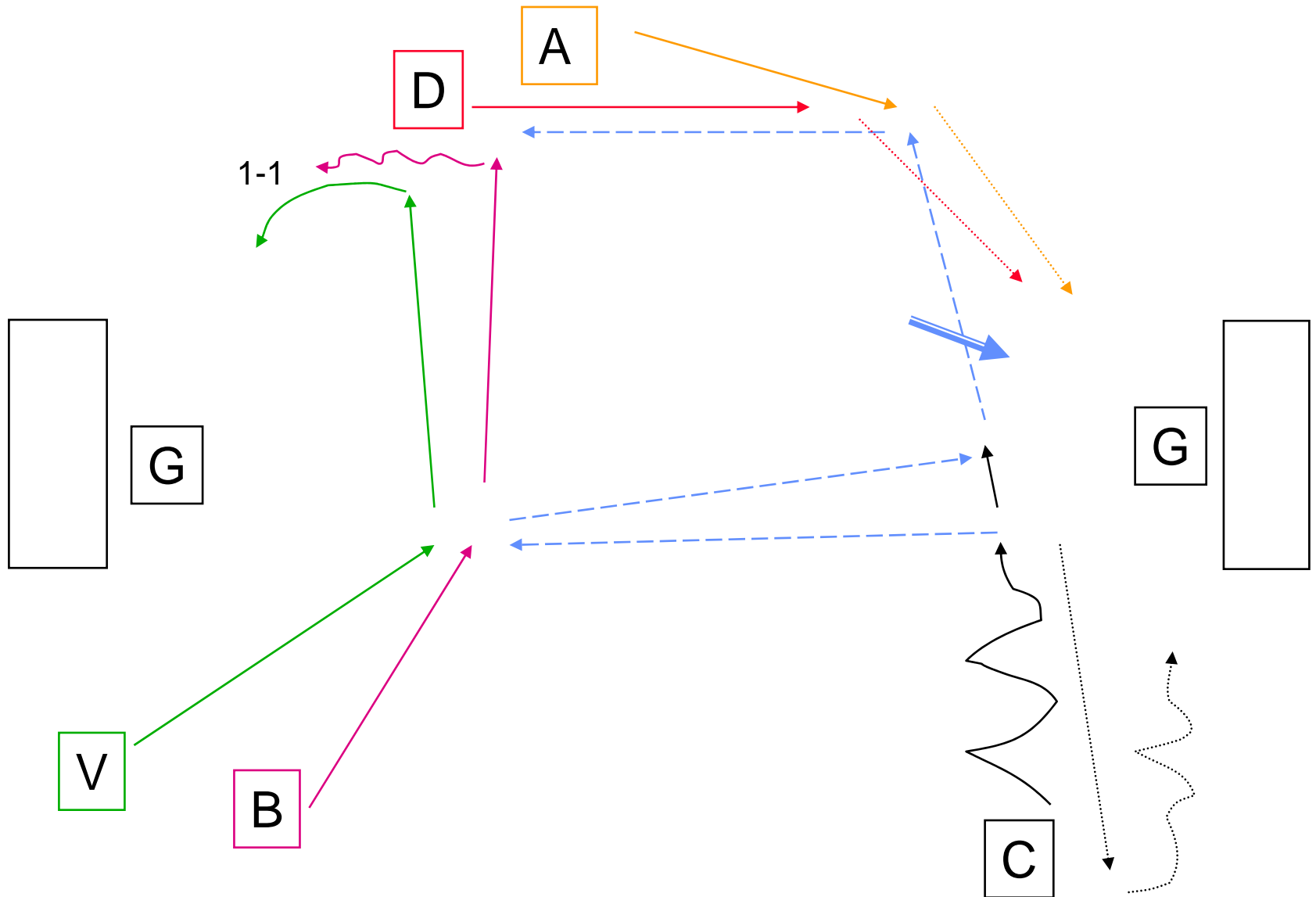
Pass-und Schussübung, B übernimmt Ball mit 180° Drehunh und schlisst sofort ab.



Passübungen. Die Annahme geschieht unter Druck. V auf G dieser auf A (C macht Druck). Querpass auf B (V macht Druck). Steilpass auf C (A macht Druck). Abschluss, B setzt nach

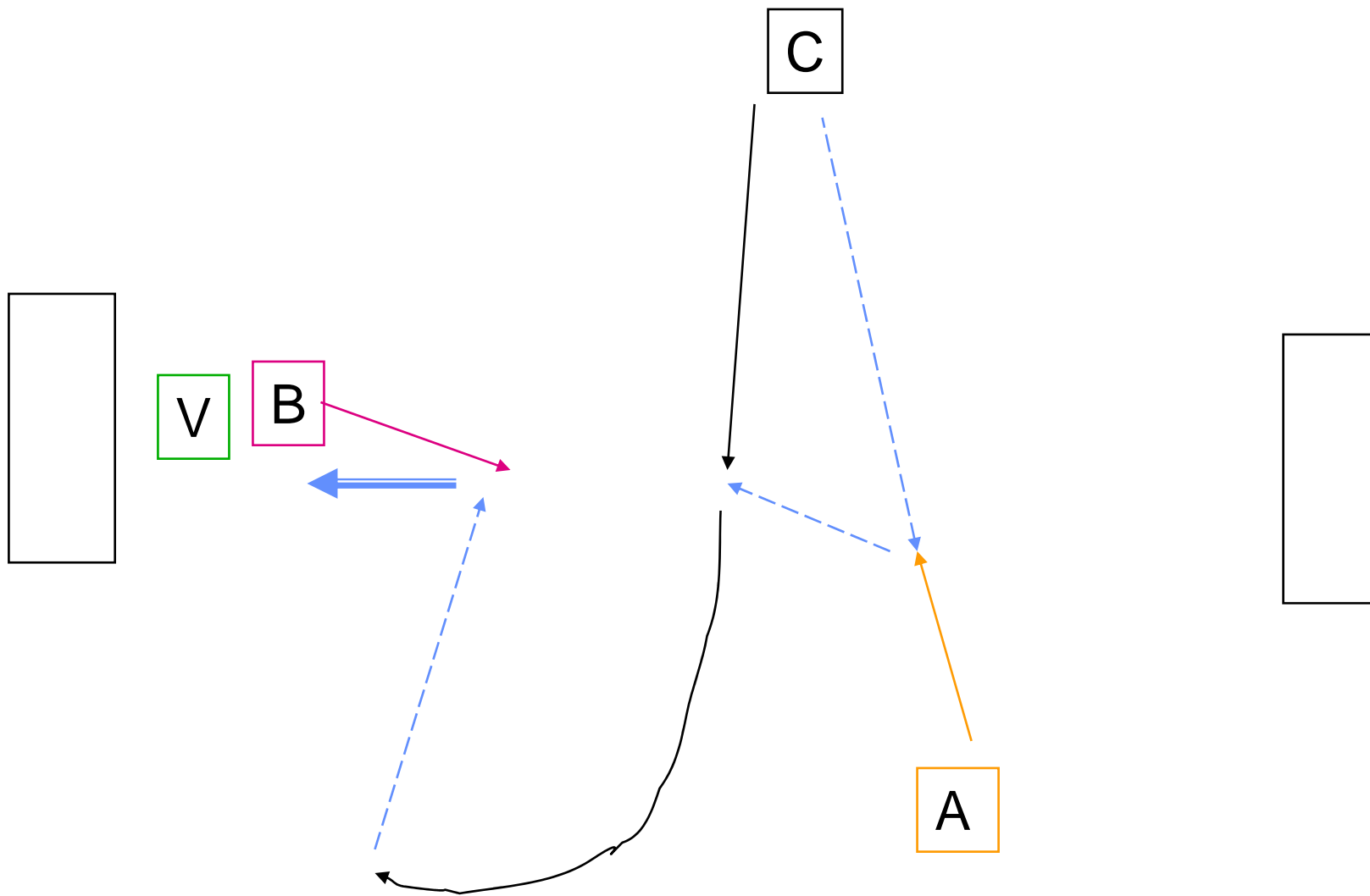


Passübungen. Die Annahme und Abgabe geschieht unter Druck. C löst auf B aus (V macht Druck), spielt zurück auf C, dieser weiter auf A (D macht Druck. A spielt auf B; anschliessend 1-1. C muss Ball holen und Abschluss machen. A und C hindern ihn.



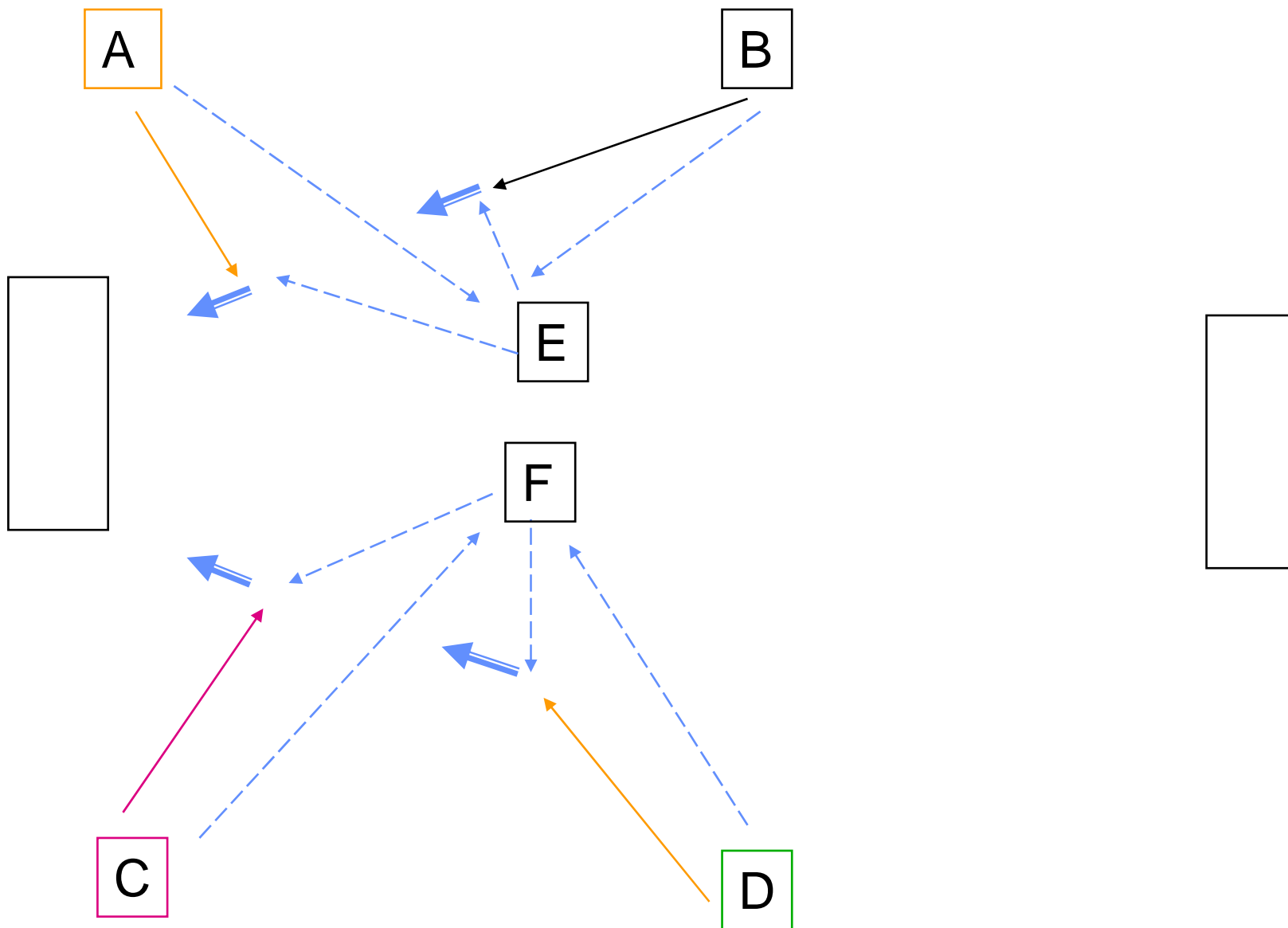


Abschlussübung mit anschliessendem

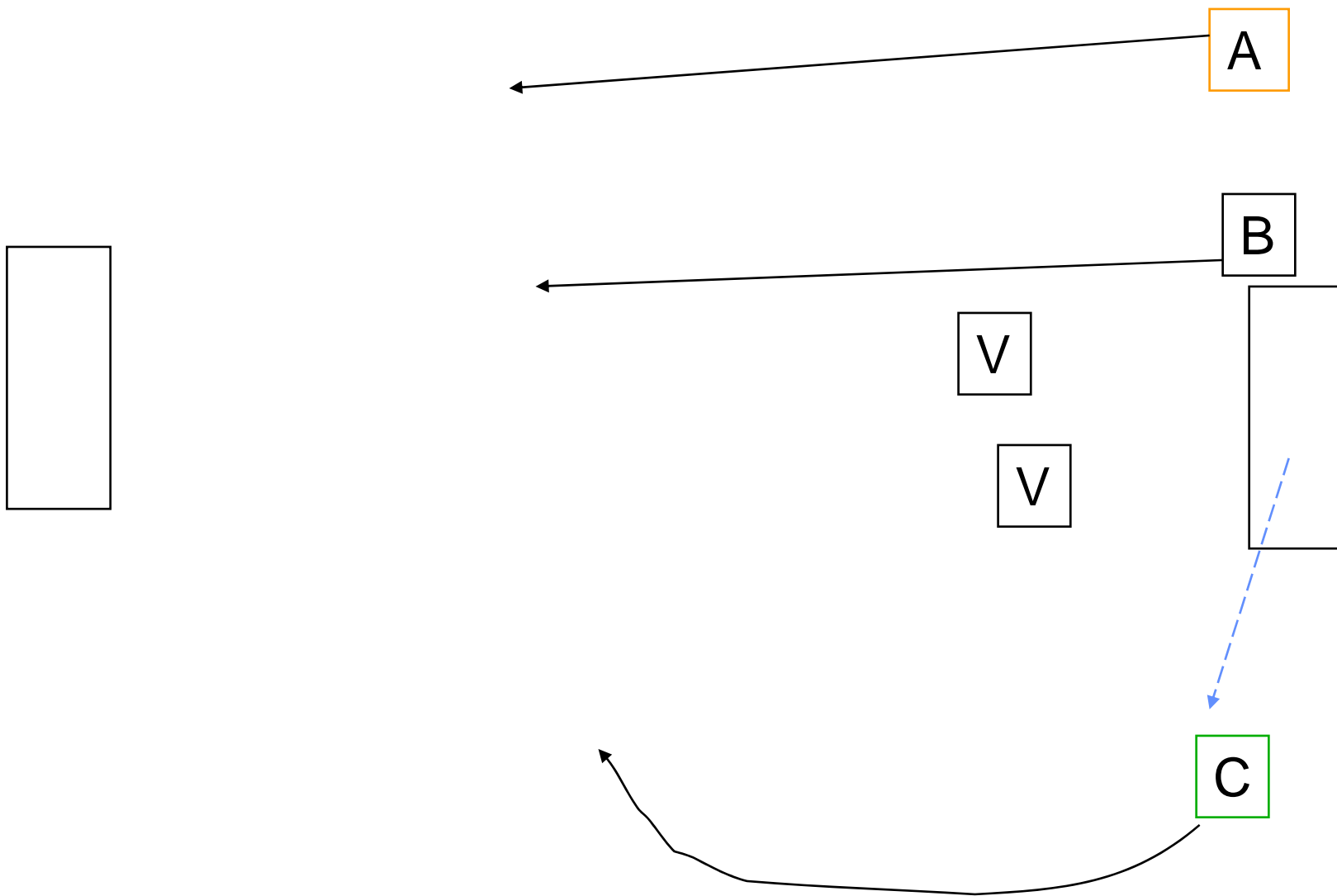




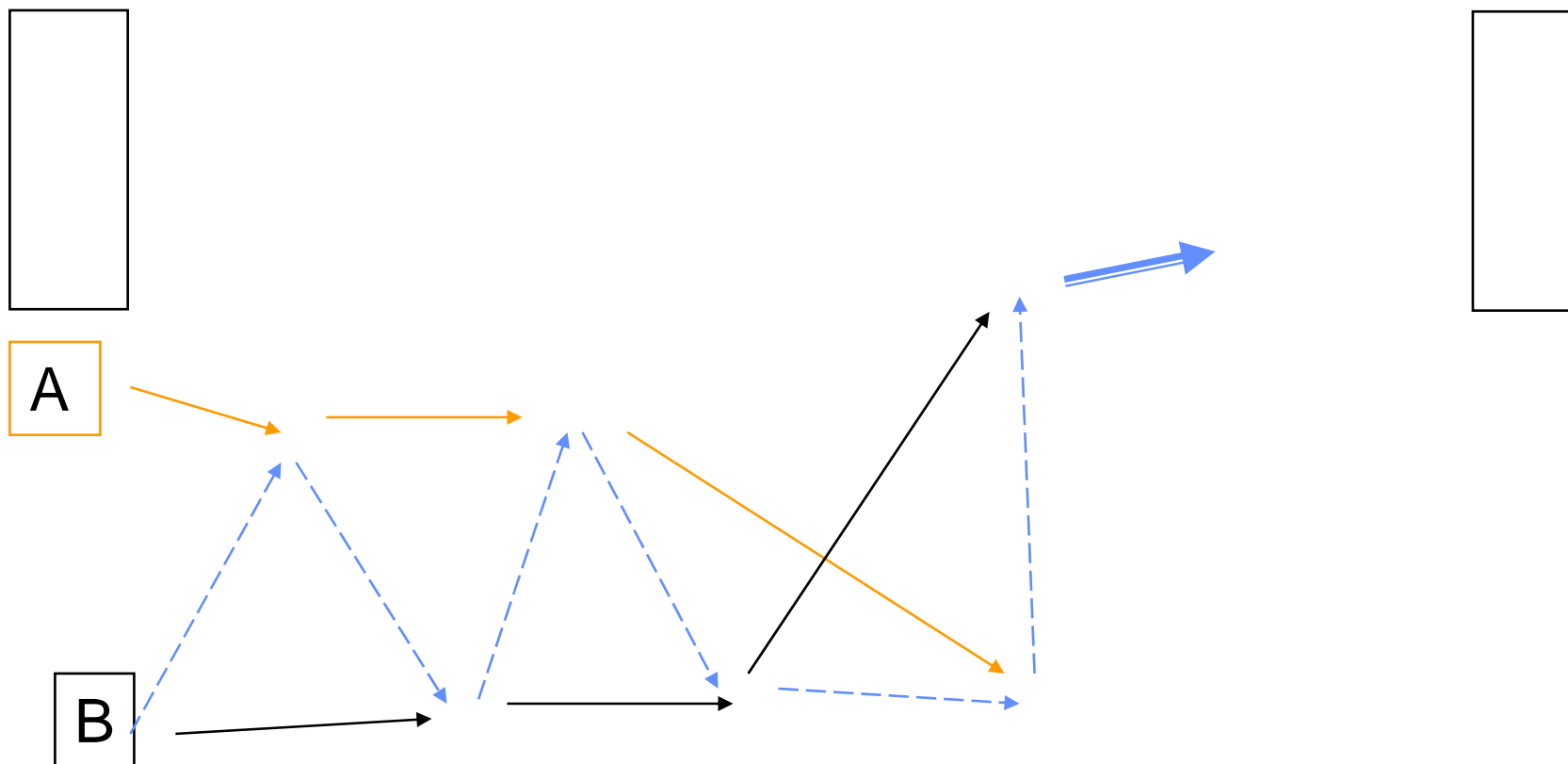
Abschlussübung mit Doppelpass.E und F fest. C, B, A, D



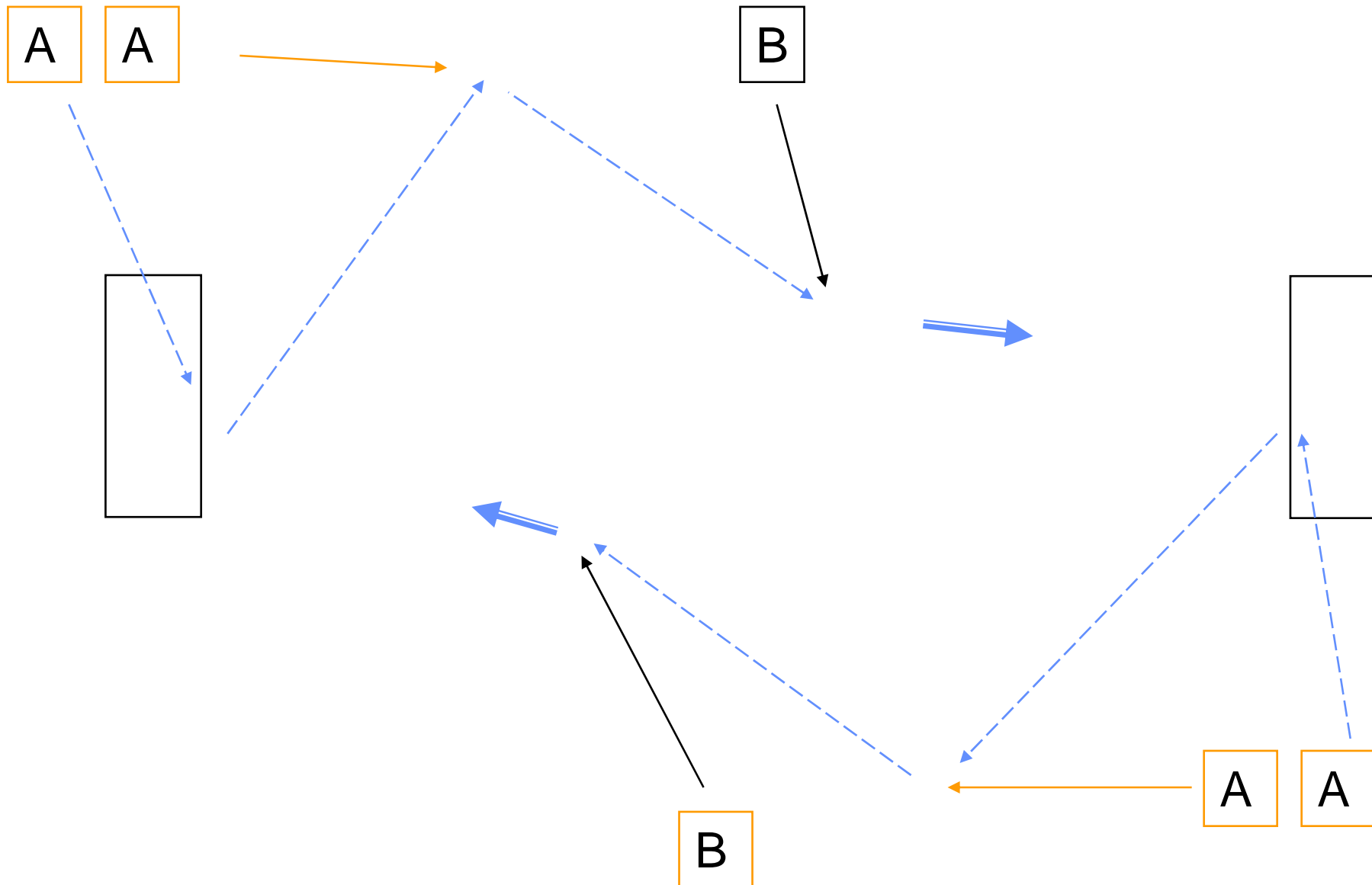
3 gegen 2 auf beide Tore. Defensive Spieler V blocken, Offensive Spieler A,B,C schnelles Passspiel und Abschlüsse.



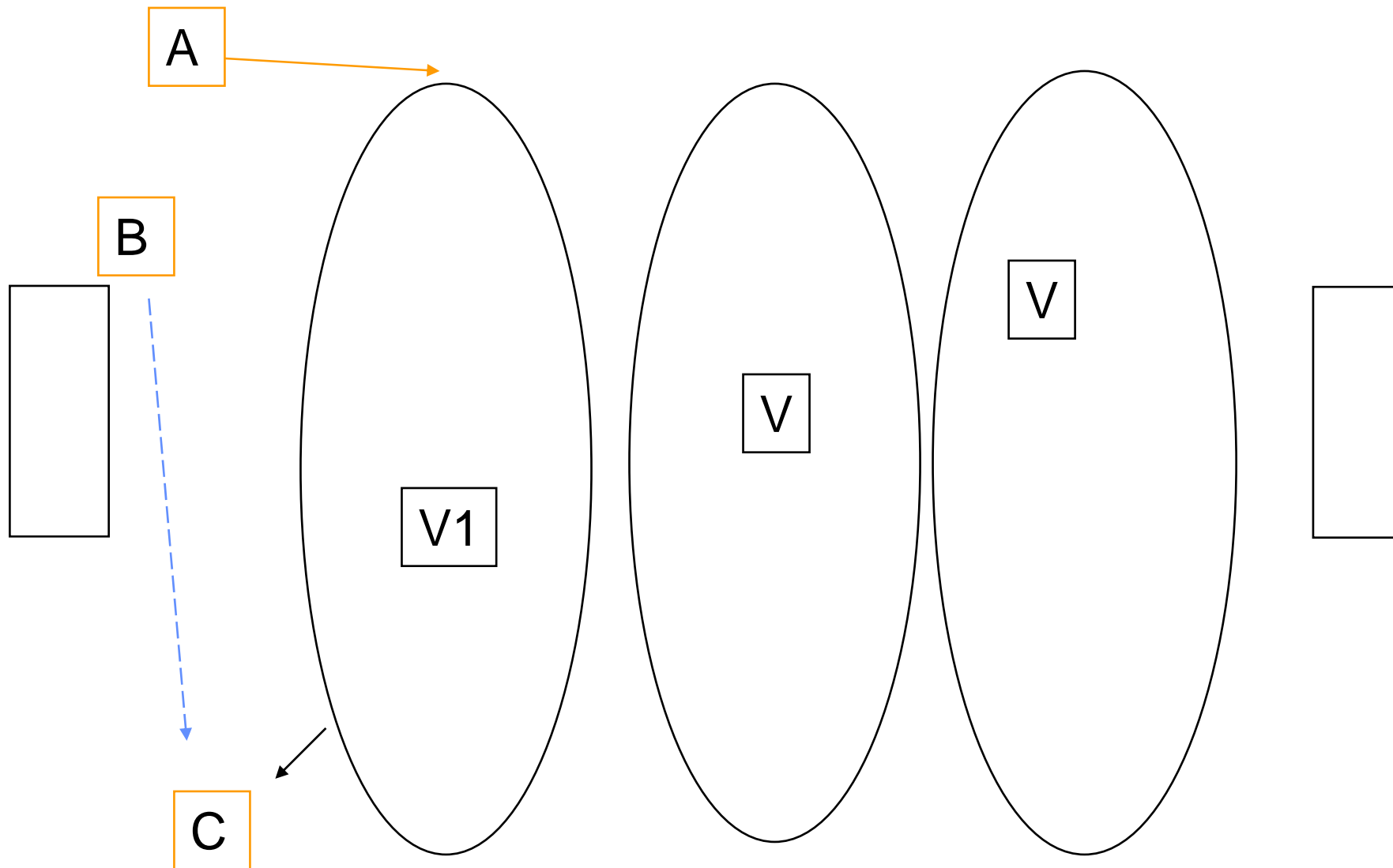
Doppelpass mit Abschluss auf 2 Tore. 2-4 kurze Doppelpässe, kurzer Bandenpass, Querpass, Direktschuss



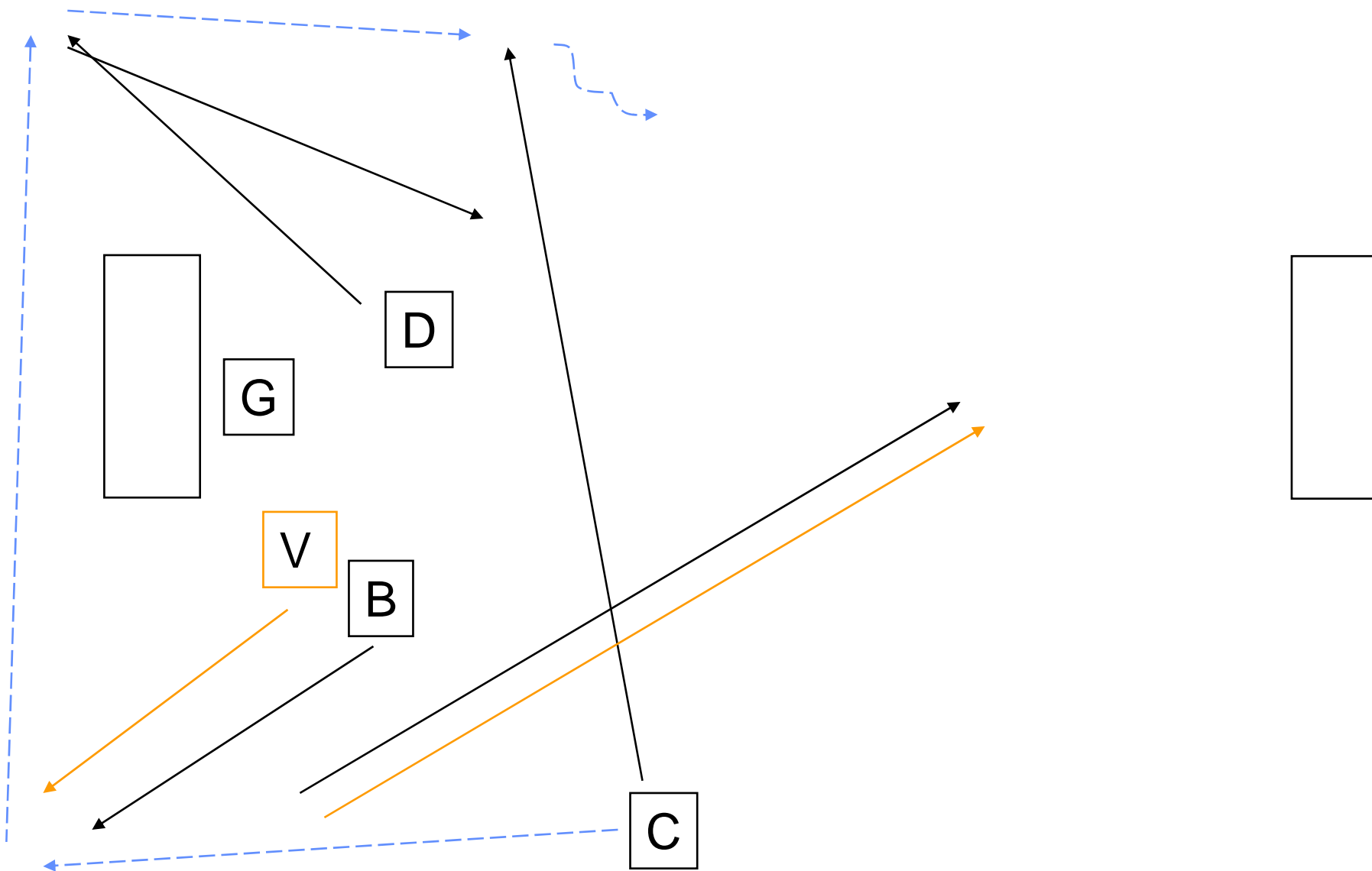
Auswurf, Pass in Lauf, Direktschuss. Alles Sprint



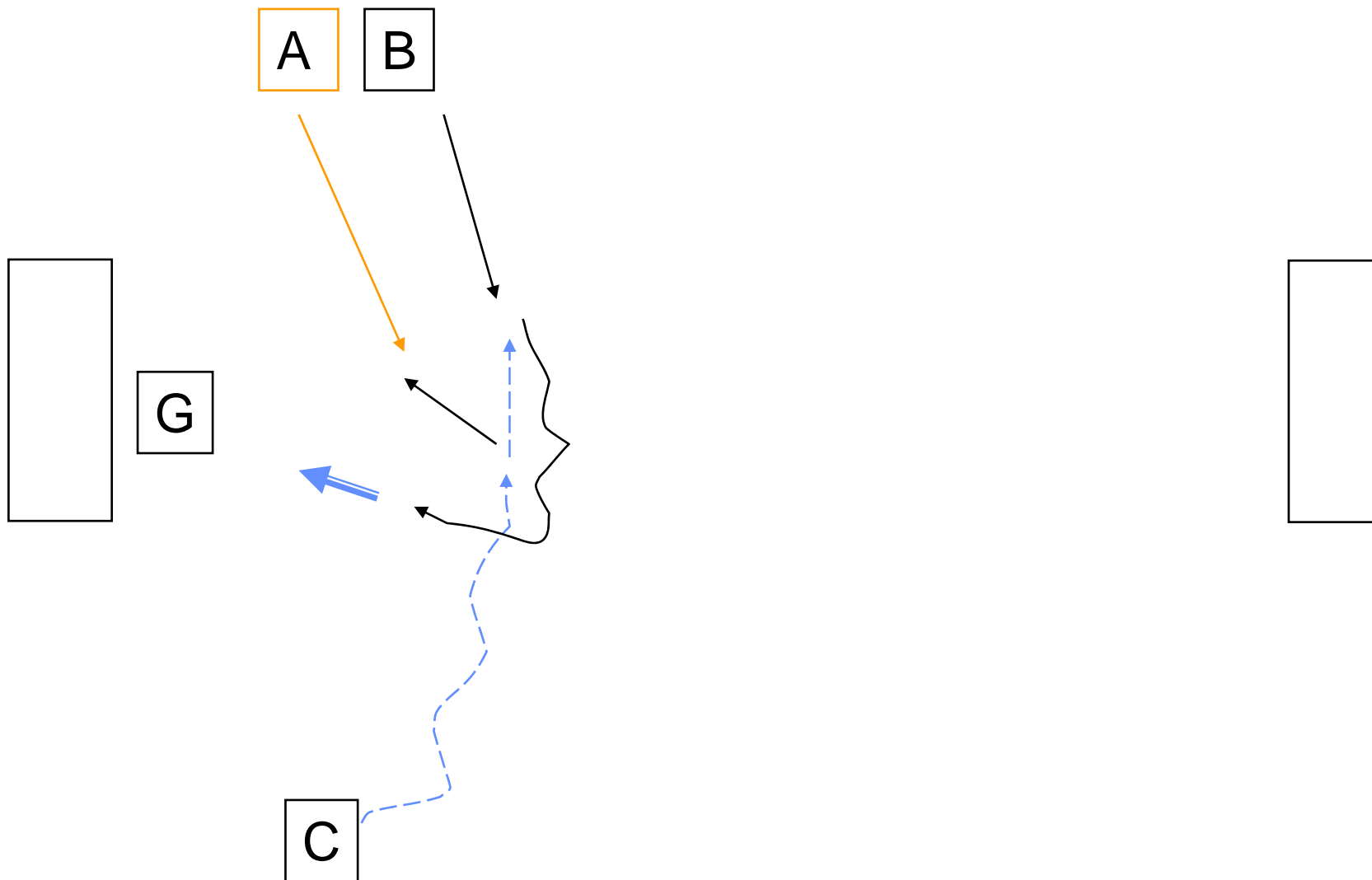
Alles im Direktpass mit Abschluss. A,B,C offensiv. V (3Positionen) fest, defensiv. V machen immer voll Druck auf den Ballführenden.



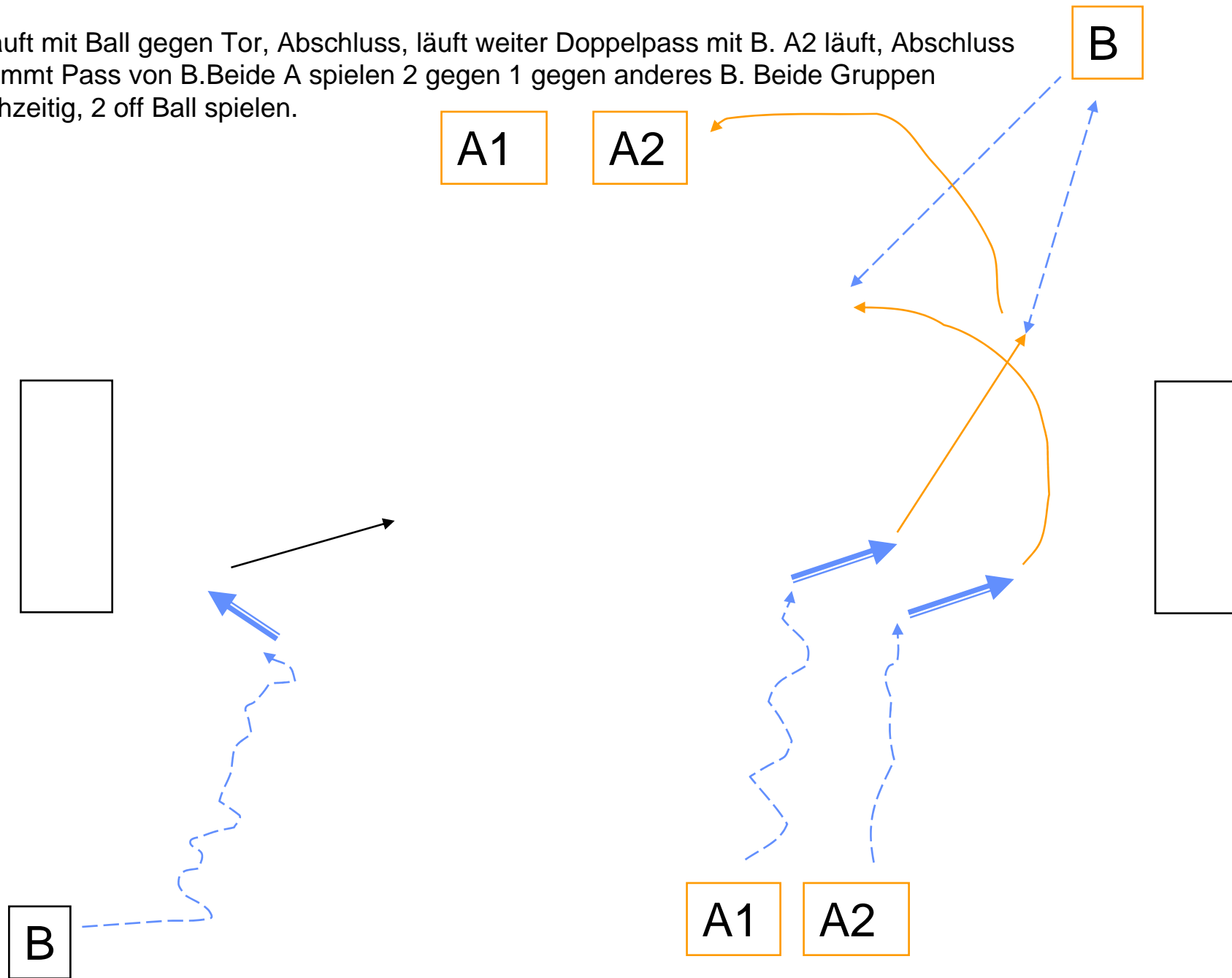
C spielt Ball in Ecke, B stresst V, V spielt Pass auf D, dieser auf C. A+B machen Backchecking. D+C sind die Angreifer. 2 gegen 2.



Blocken. B streift Gegner A an C ab. Drehschuss

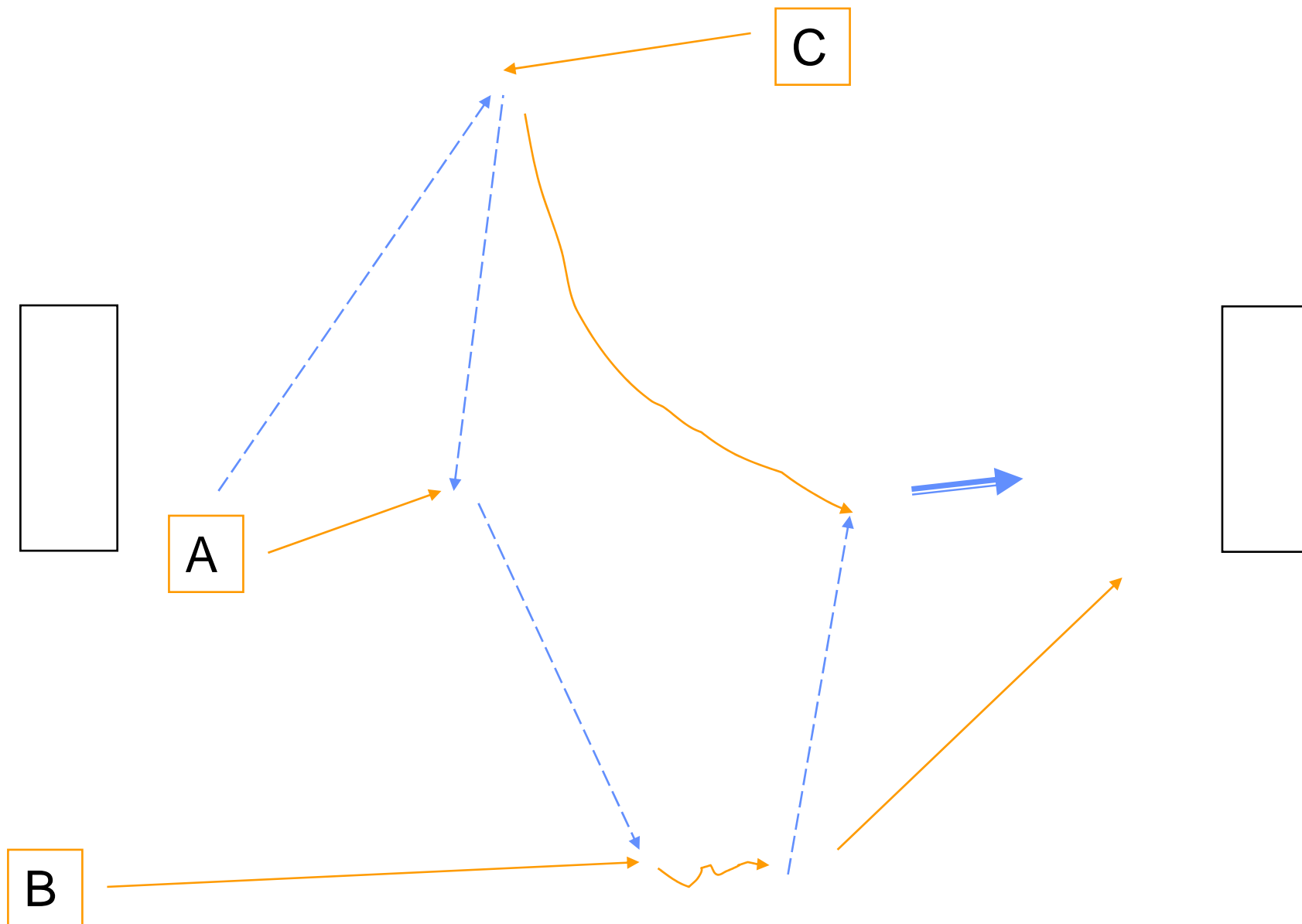


A1 läuft mit Ball gegen Tor, Abschluss, läuft weiter Doppelpass mit B. A2 läuft, Abschluss bekommt Pass von B. Beide A spielen 2 gegen 1 gegen anderes B. Beide Gruppen gleichzeitig, 2 off Ball spielen.

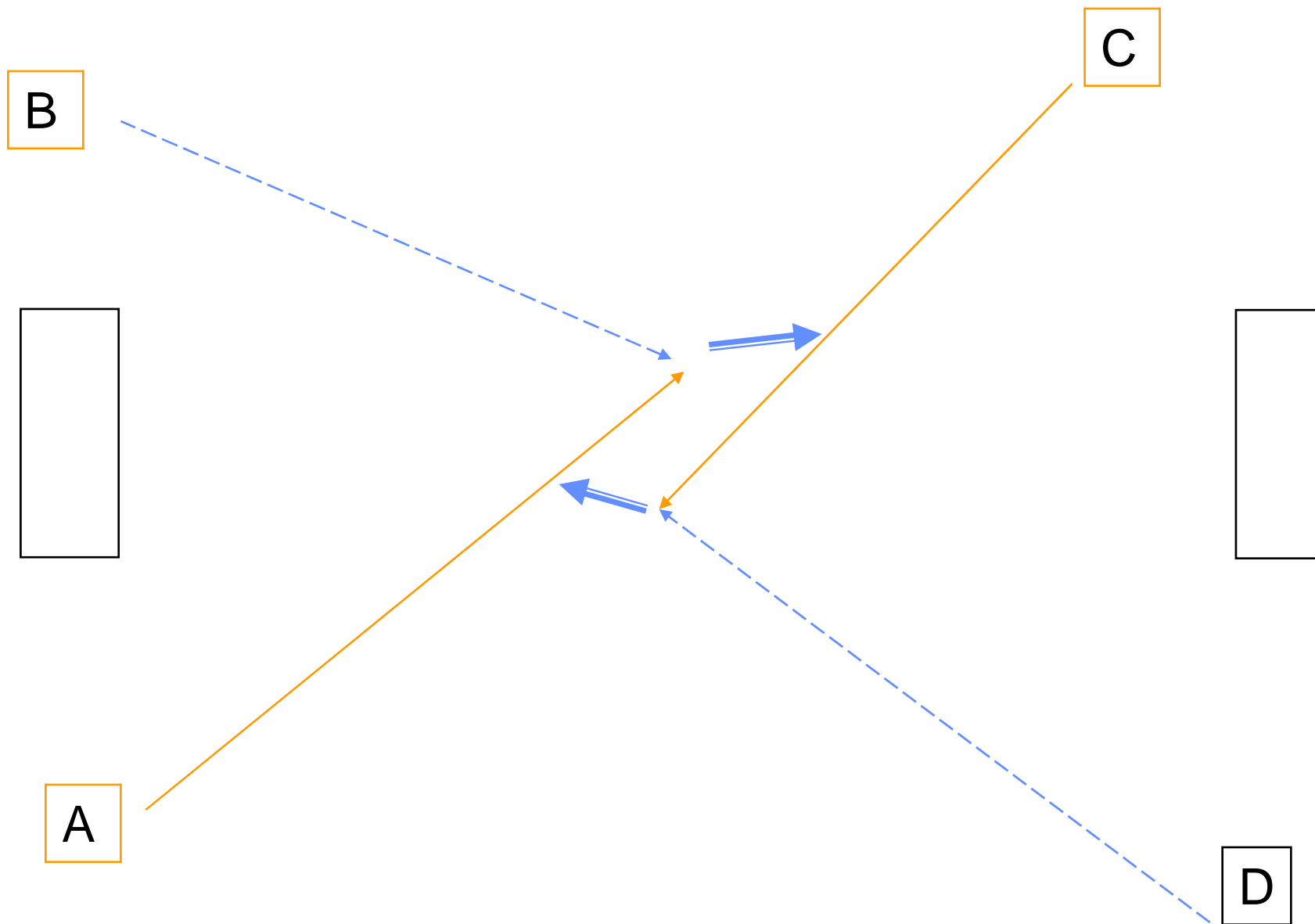




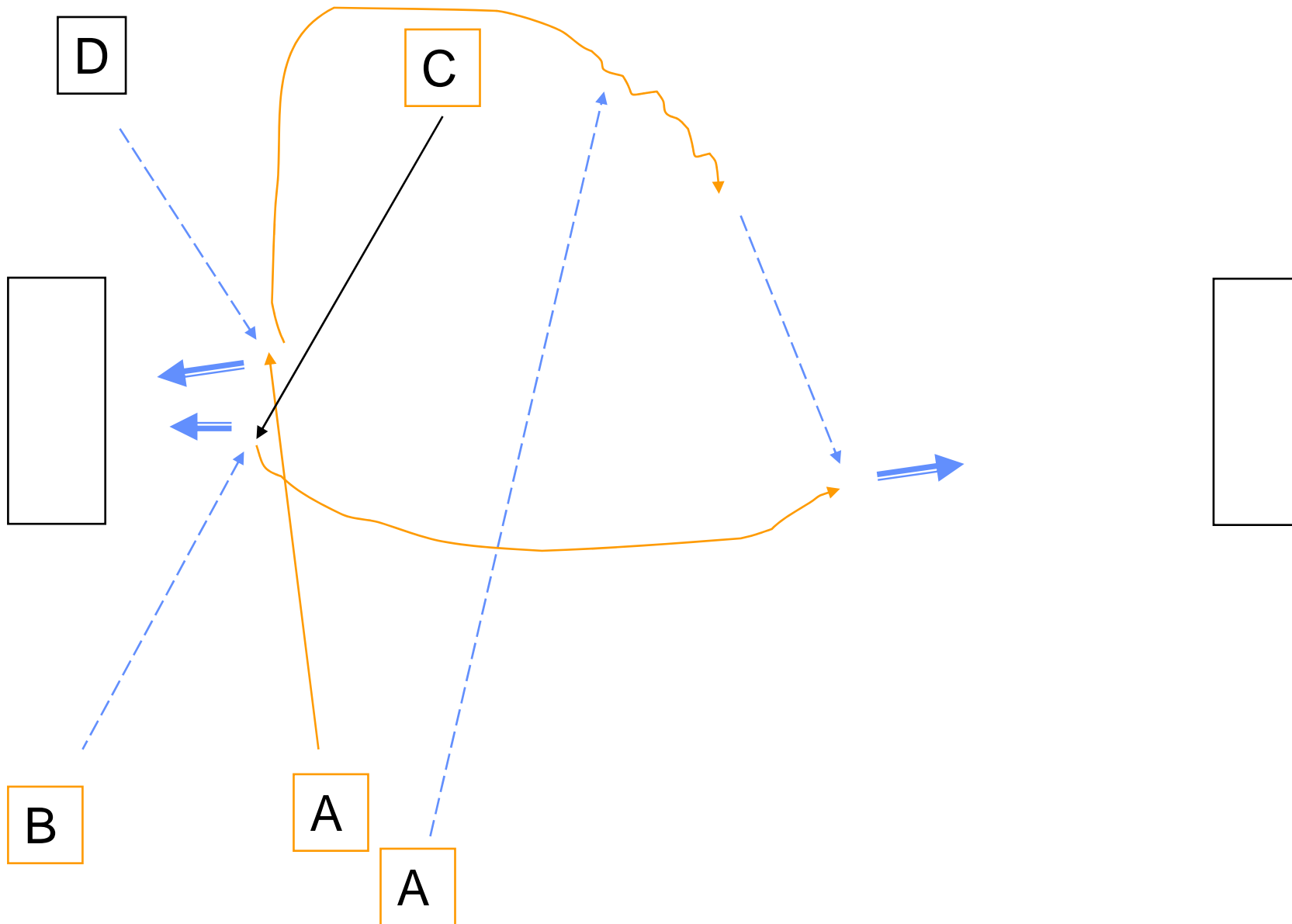
Passpiel mit Abschluss. A auf C, dieser zurück auf A. A spielt auf B, dieser in Lauf von C. Abschluss.  
B setzt nach



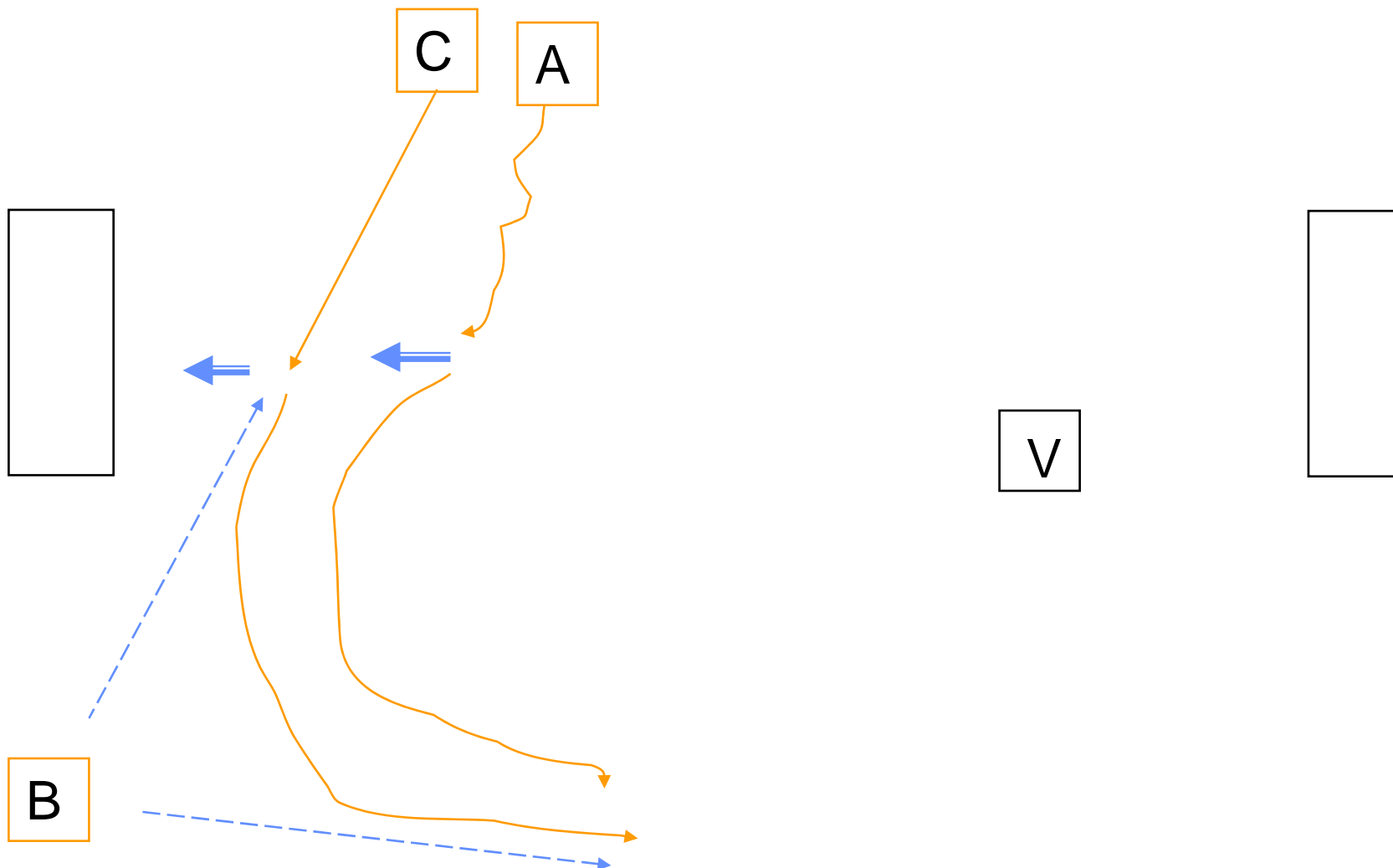
Direktschüsse auf beide Tore



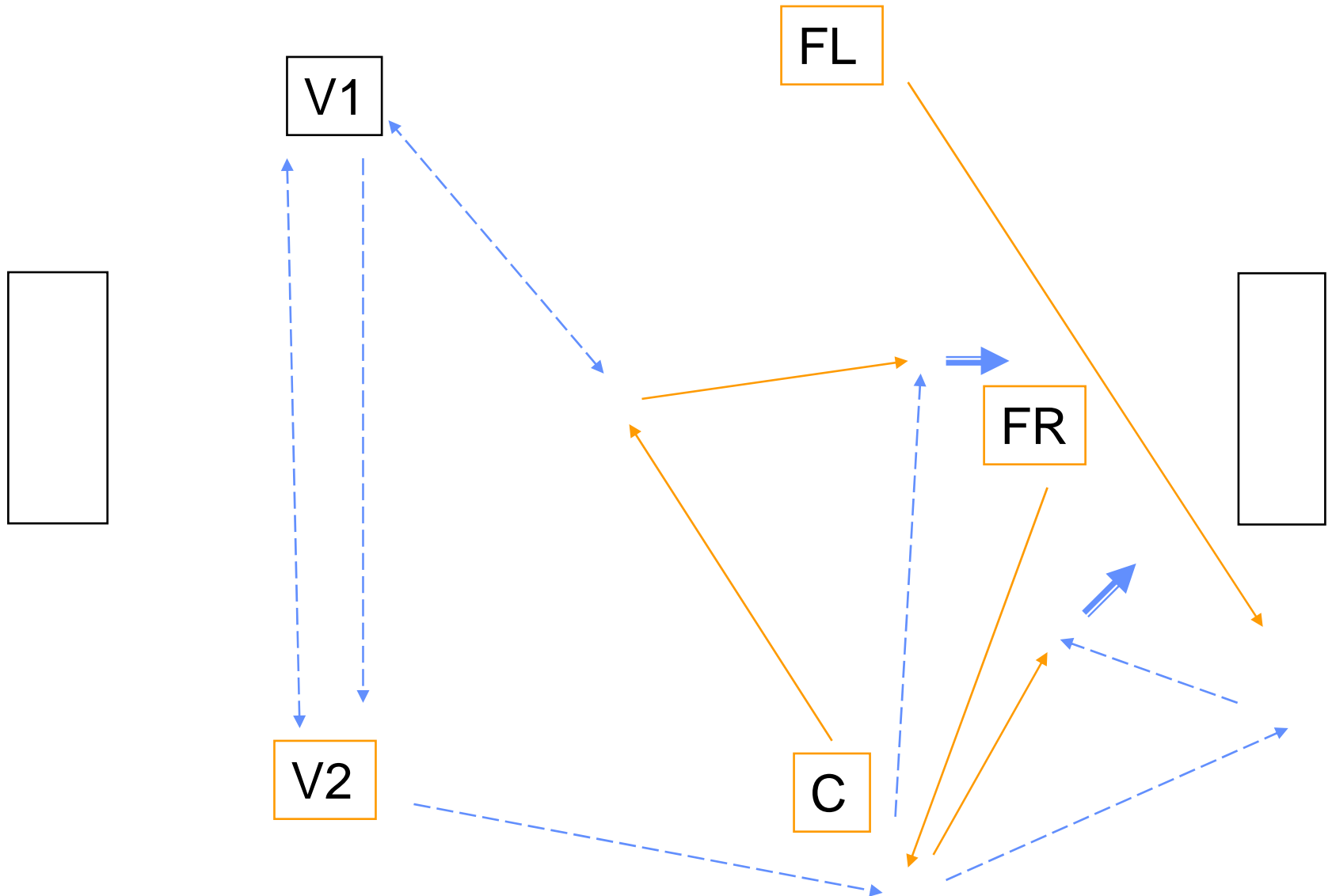
A läuft, bekommt Pass von D-Schuss. C läuft bekommt Pass von B-Schuss. C und A laufen weiter, A bekommt Pass von 2A, Ball kurz mitnehmen, Pass auf C Direktschuss.



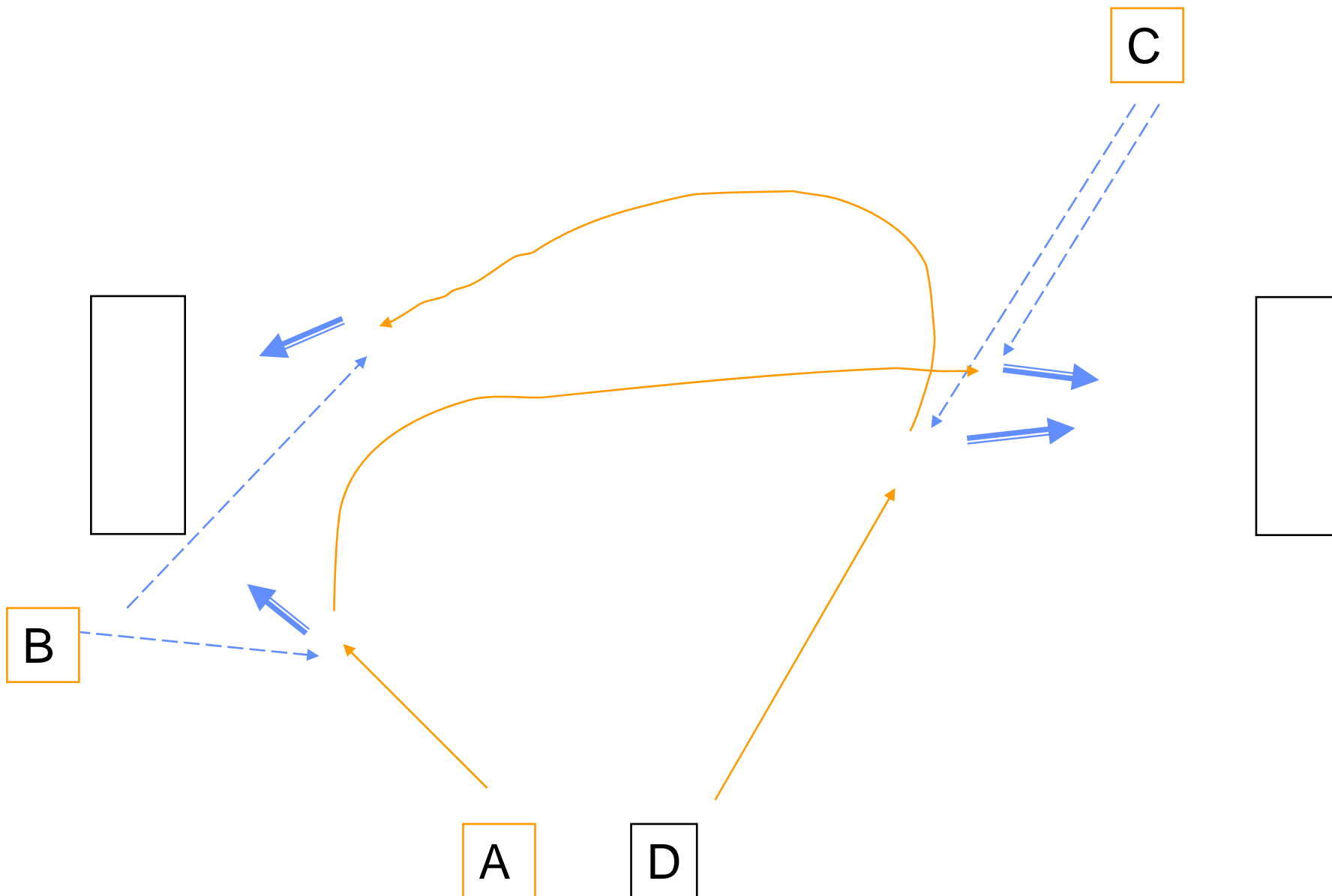
C läuft, bekommt Pass B. a zieht mit Ball rein Schuss. A und c laufen weiter C bekommt Pass von B 1-1 an der Bande. 2 gegen 1



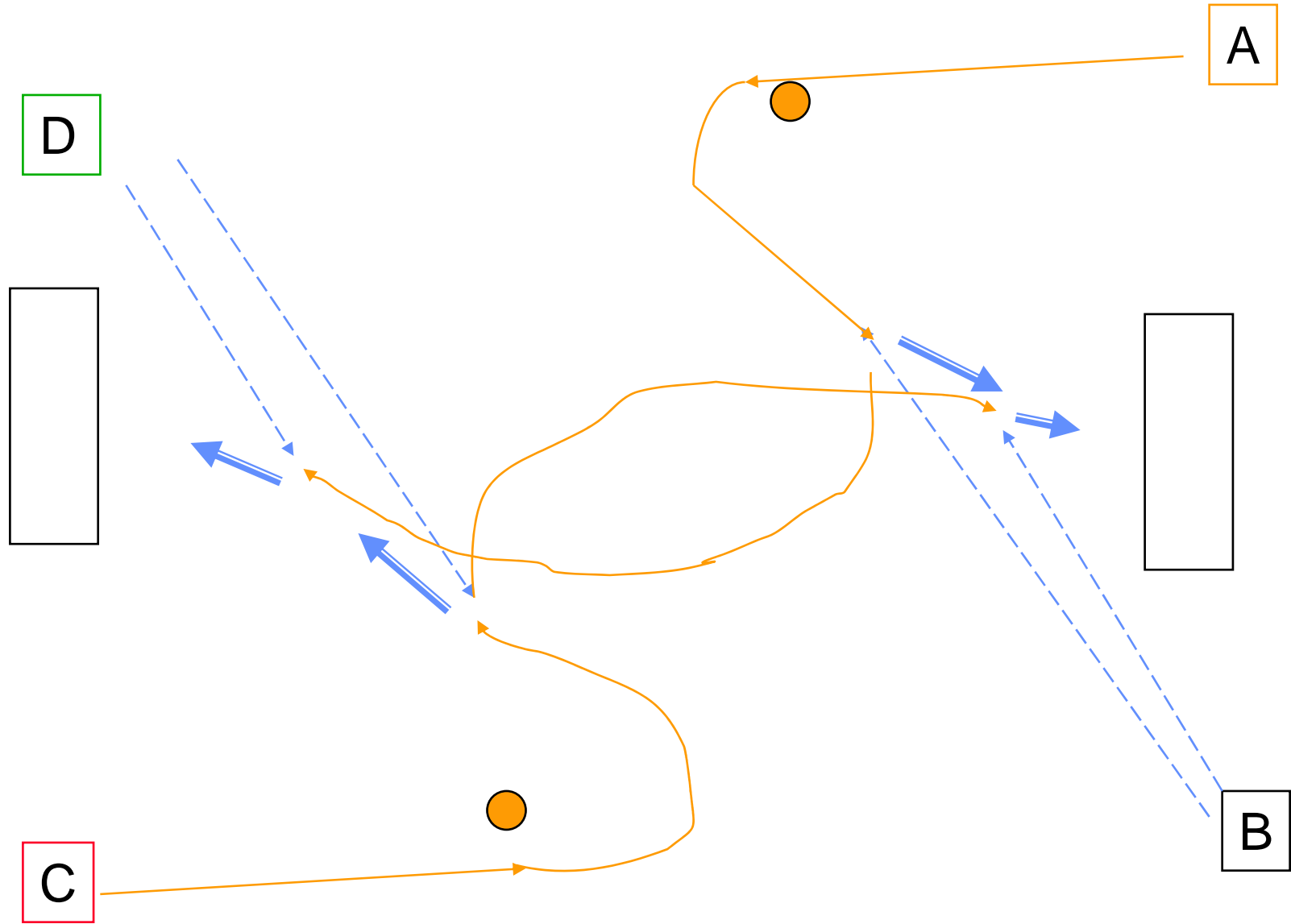
Auslösung: V stehen breit und spielen quer. (Stockhaltung für schnelle Auslösung). C läuft in die Mitte und macht Doppelpass mit V1, dieser spielt Ball weiter auf V2. V2 auf FR, dieser auf FL oder C. (2-1 in der Ecke und Abschluss)



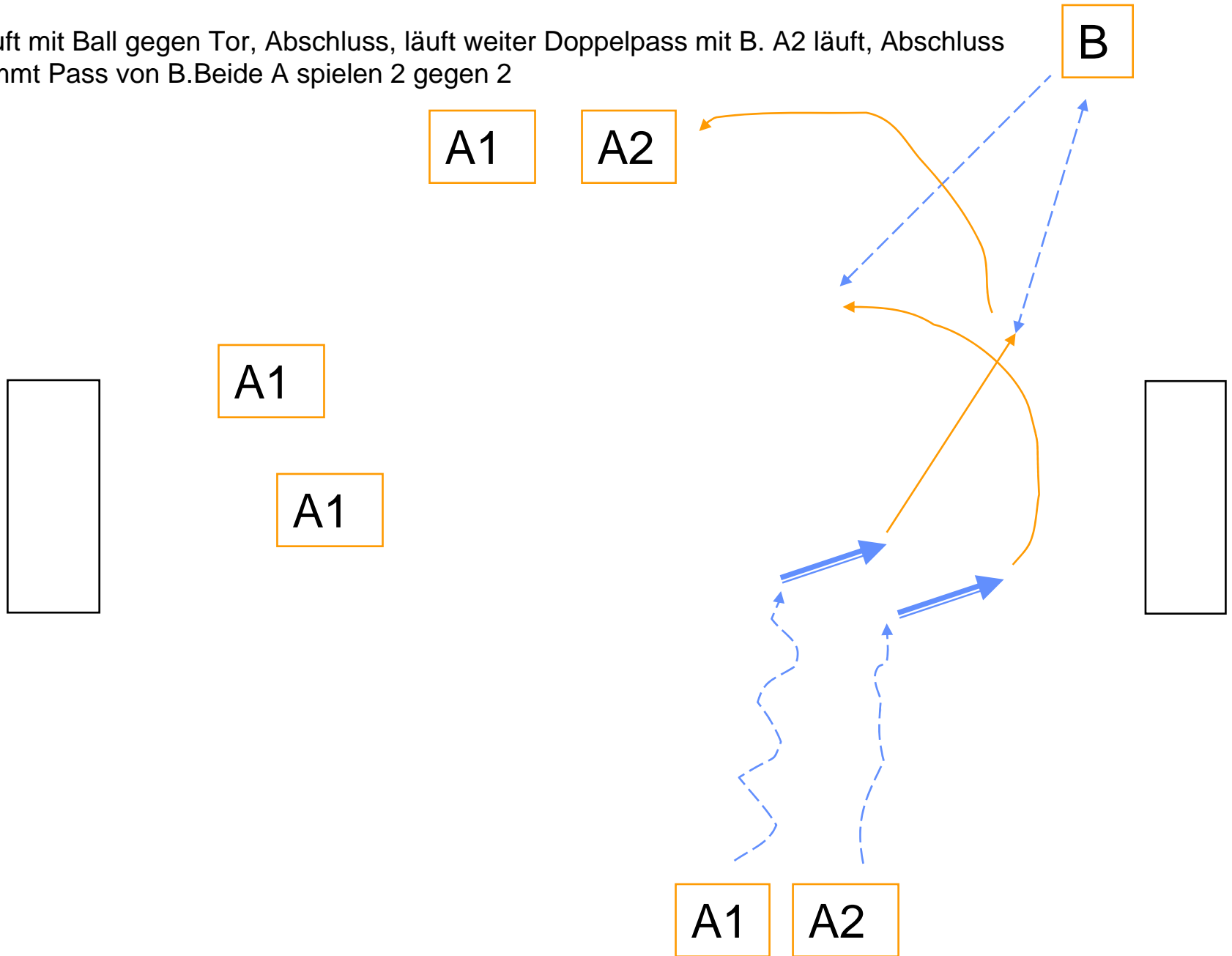
Direktschüsse auf beide Tore. B auf A und C auf D. D läuft aussen (langer Pfosten) bekommt Pass von B. A läuft innen (frontal, Pass von C)



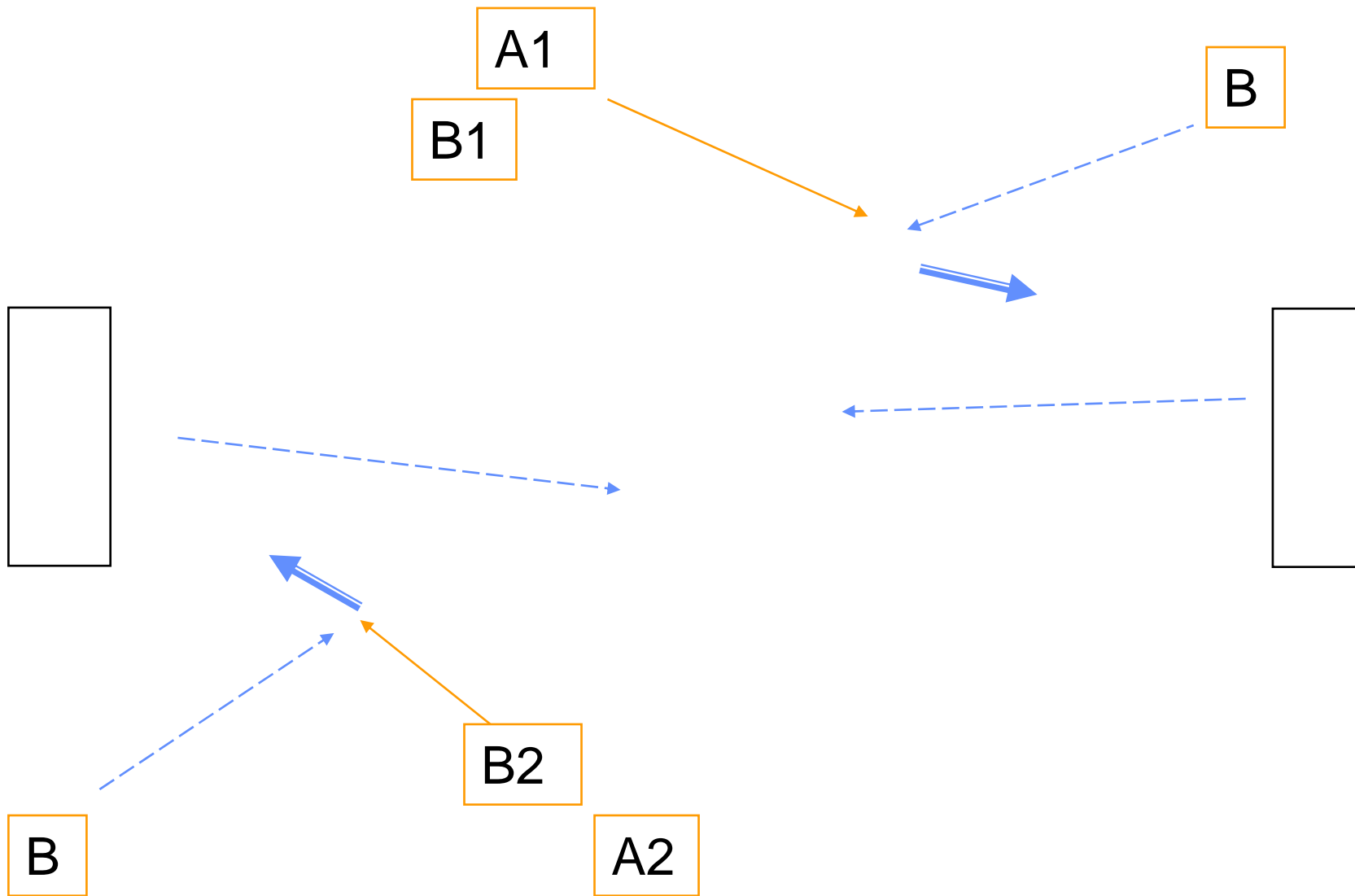
# Schussübung



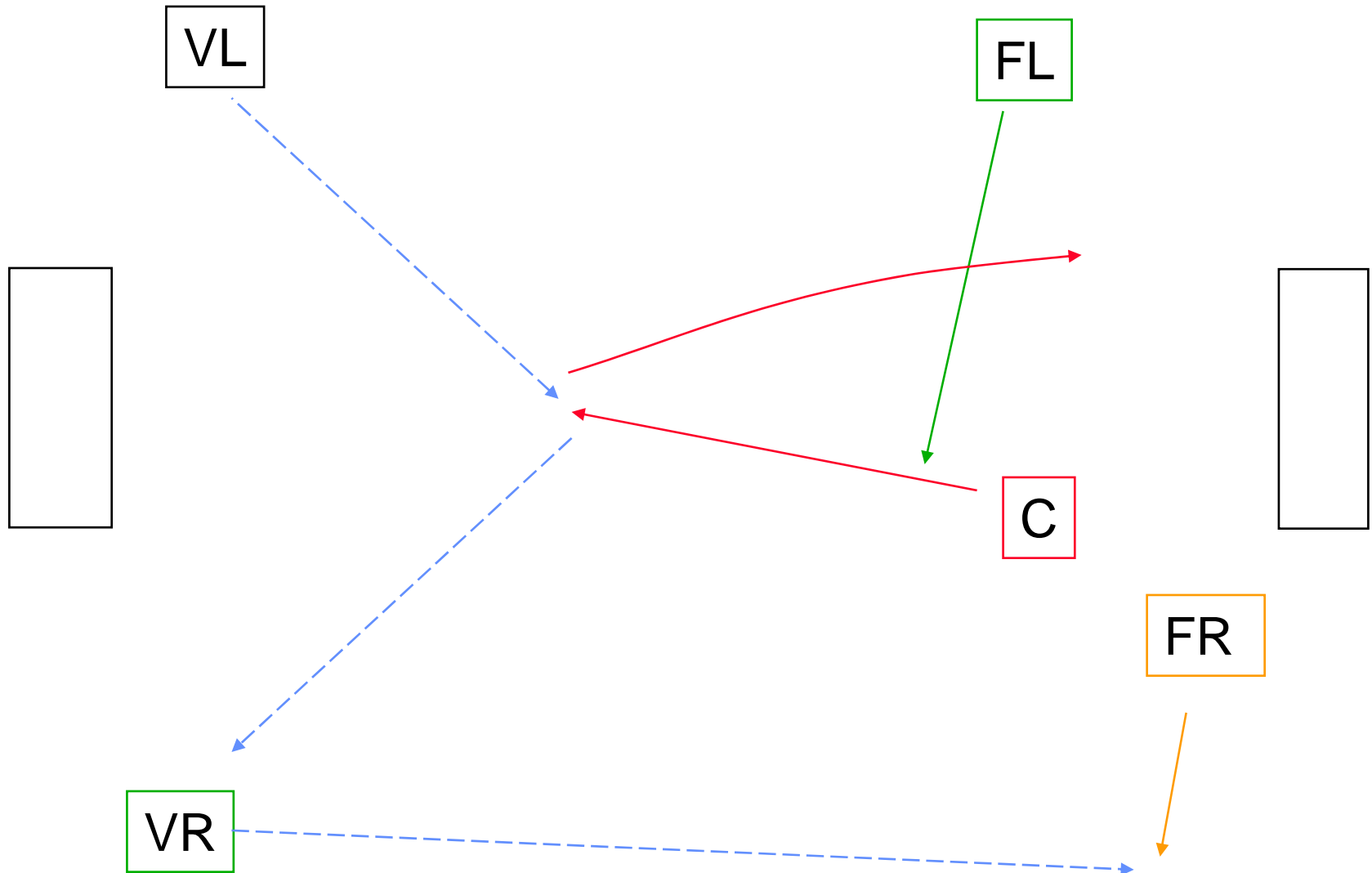
A1 läuft mit Ball gegen Tor, Abschluss, läuft weiter Doppelpass mit B. A2 läuft, Abschluss bekommt Pass von B. Beide A spielen 2 gegen 2



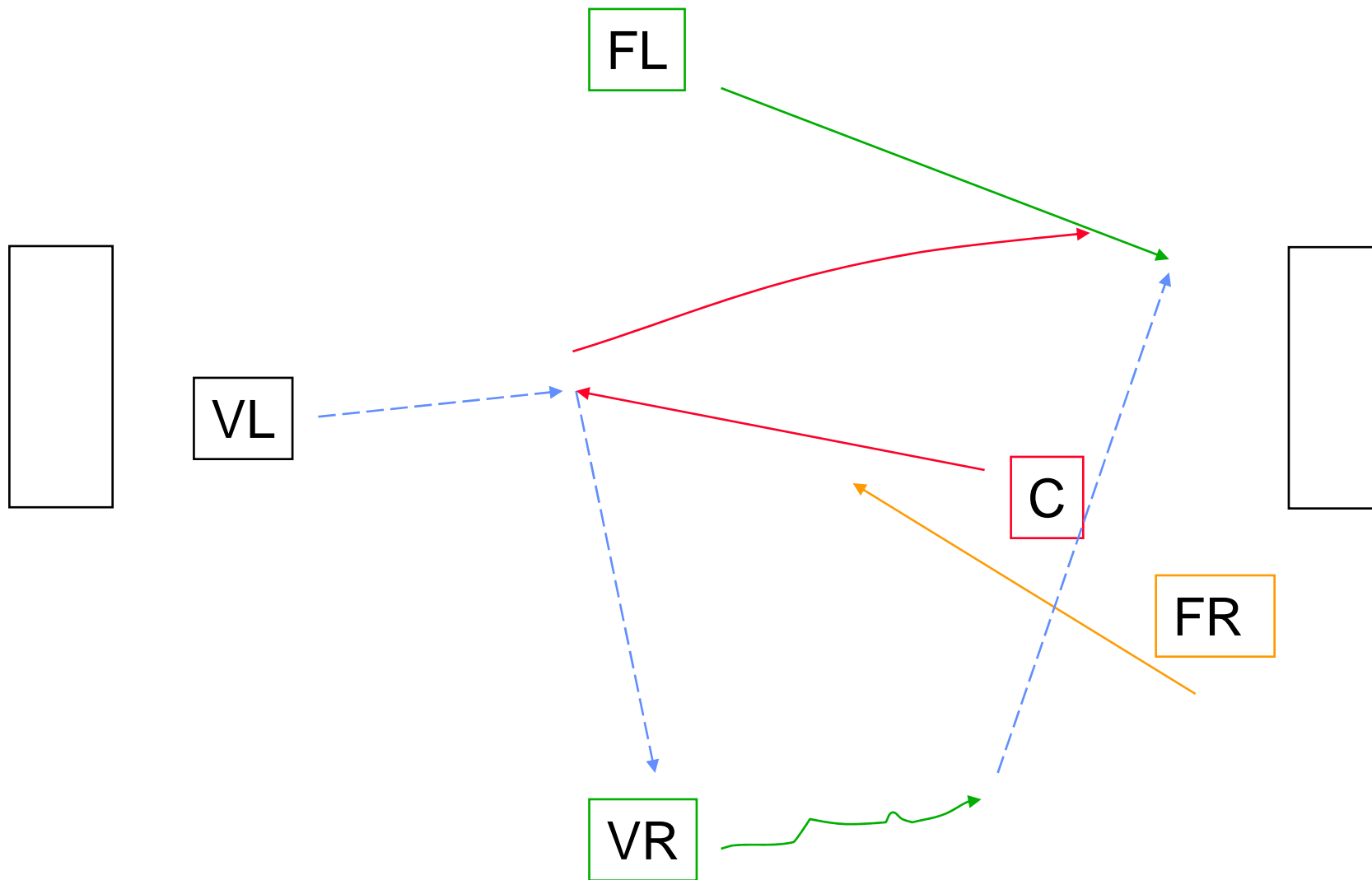
A1/B2 läuft an, Schuss. Wird bedrängt durch B1/A2. Goalie löst auf B1/A2 aus. A1/B2 defensiv



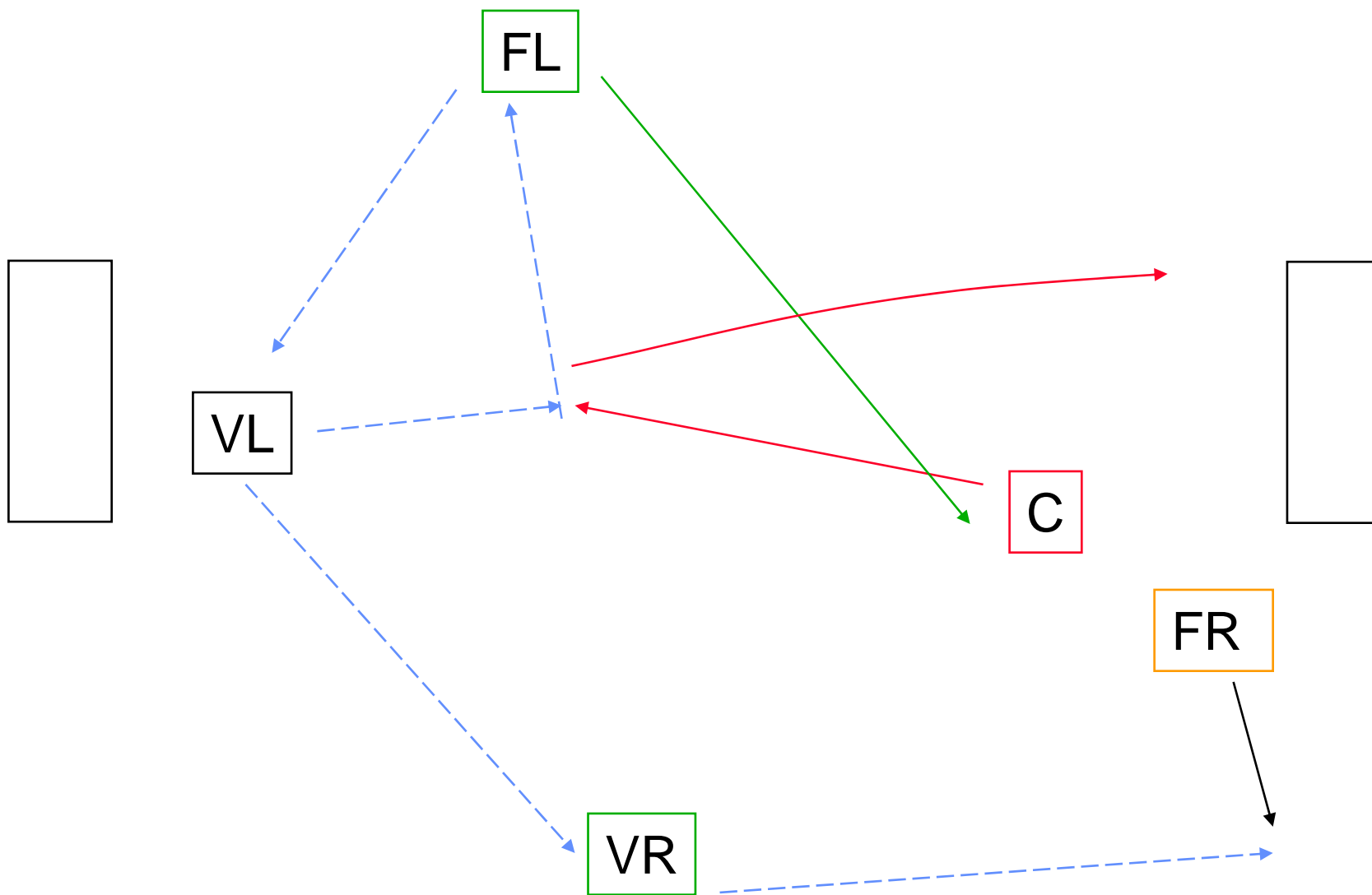
Auslösung: Durch die Mitte, wenn Gegner kompakt und tief in seinem Verteidigungsdrittel steht.  
Alle Positionen müssen gespielt werden können. Verteidiger bilden mit Center ein Dreieck



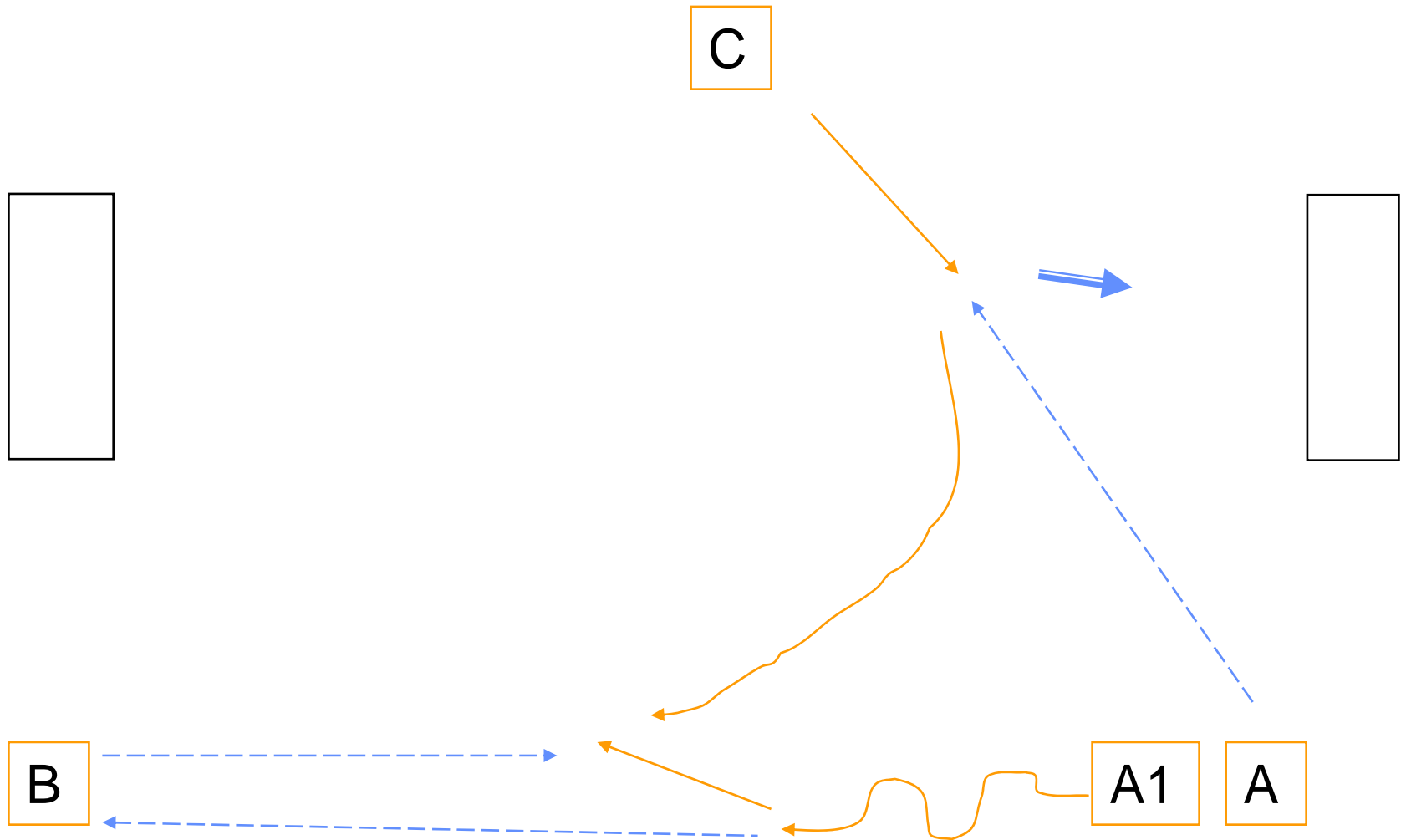
Auslösung: Durch die Mitte, wenn Gegner kompakt und tief in seinem Verteidigungsdrittel steht.  
Alle Positionen müssen gespielt werden können. Verteidiger bilden mit Center ein Dreieck.  
C und VL sichern ab.



Auslösung: Durch die Mitte, wenn Gegner kompakt und tief in seinem Verteidigungsdrittel steht.  
Alle Positionen müssen gespielt werden können. Verteidiger bilden mit Center ein Dreieck.  
C und VL sichern ab. Alles direkt gespielt.

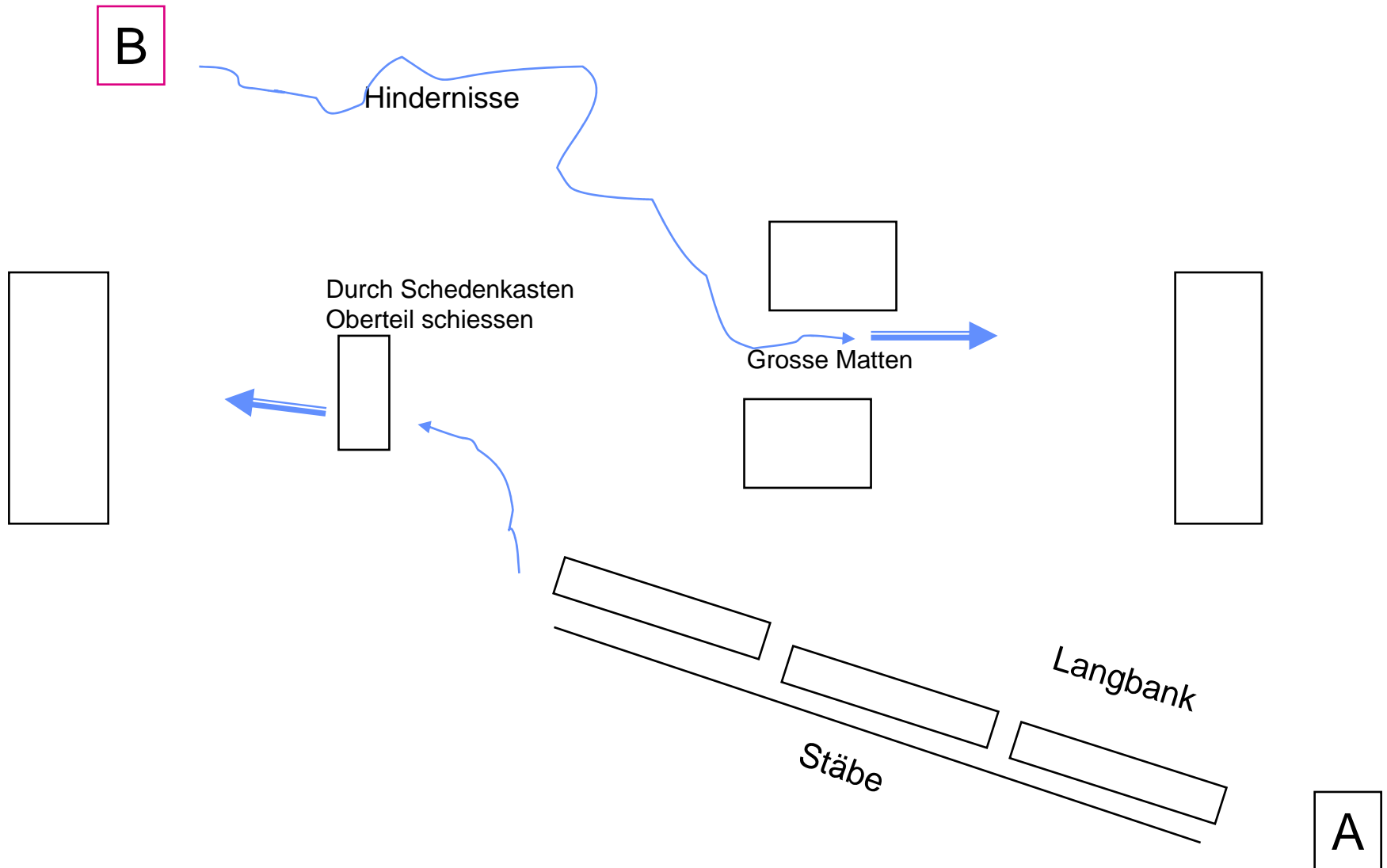


C läuft, bekommt Pass von A2. Schuss. Stört A1 bei Ballannahme . 1 gegen 1

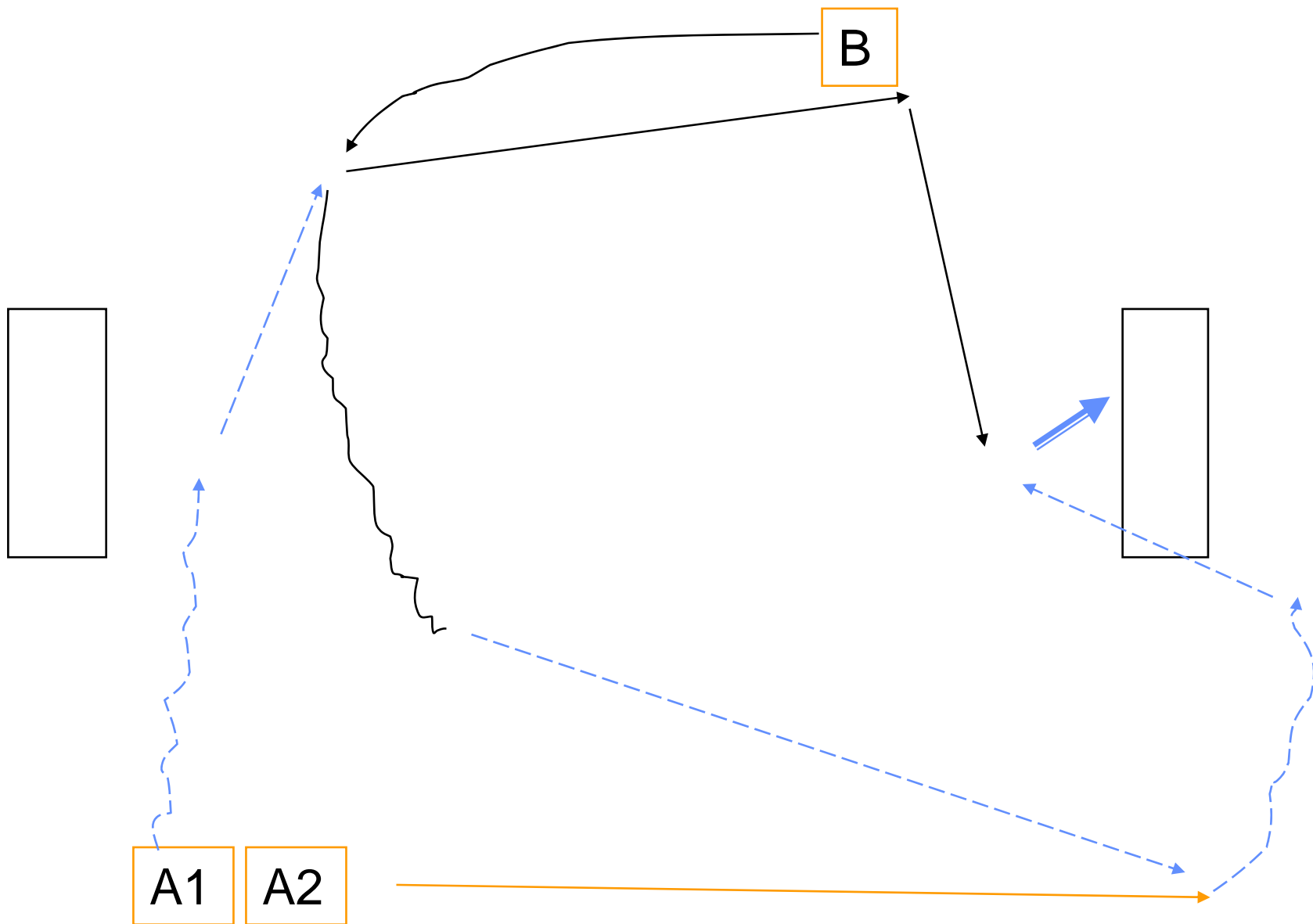


# Technikübung

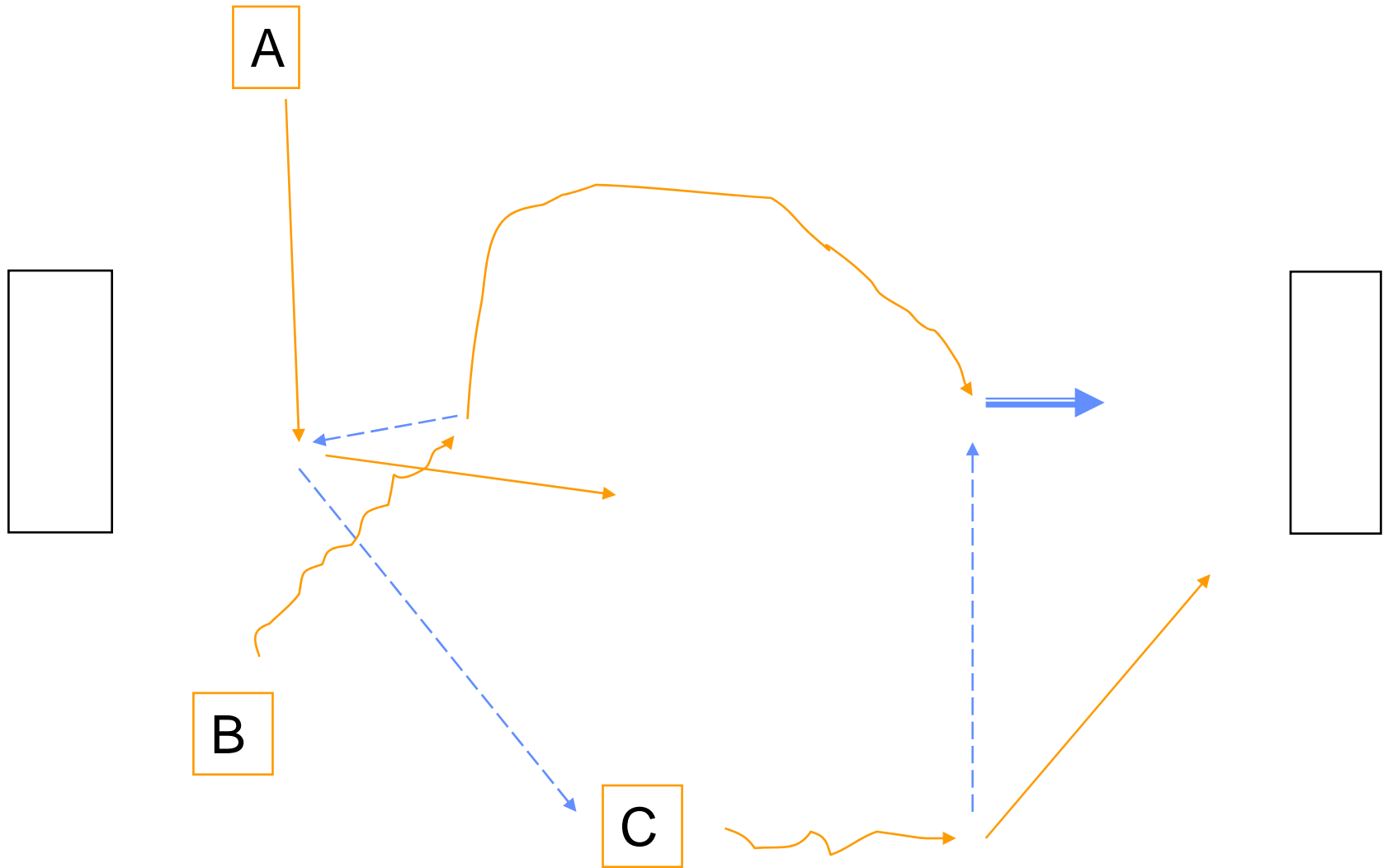
A spielt Doppelpass mit Langbank über die Stäbe. Schuss durch Hindernis. B führt Ball, schießt bei Matten



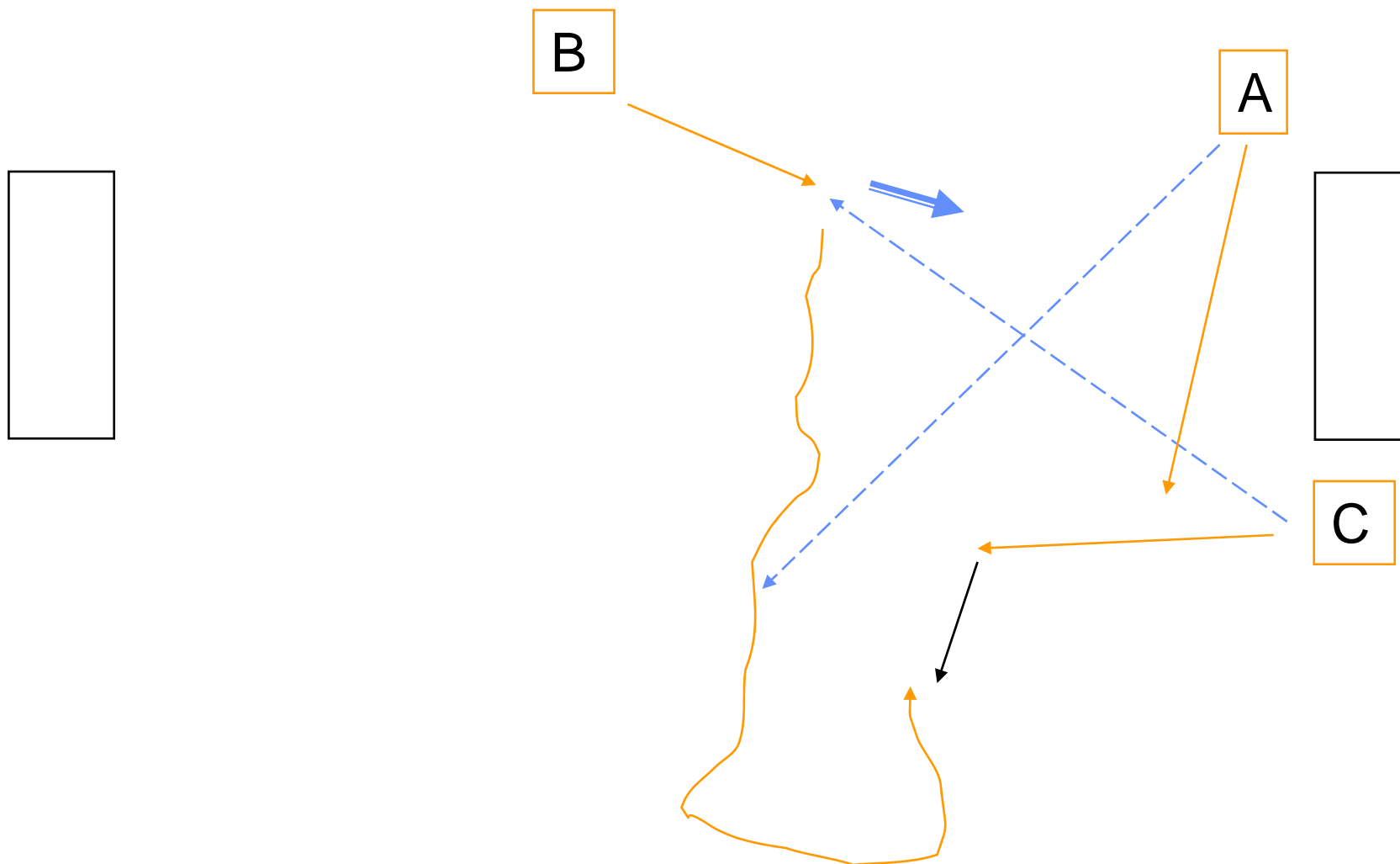
A1 läuft mit Ball an, Pass auf B, dieser äuft wieder etwas mit dem Ball, pass auf A2. A2 zieht hinter Tor, Pas auf A1, Abschluss.



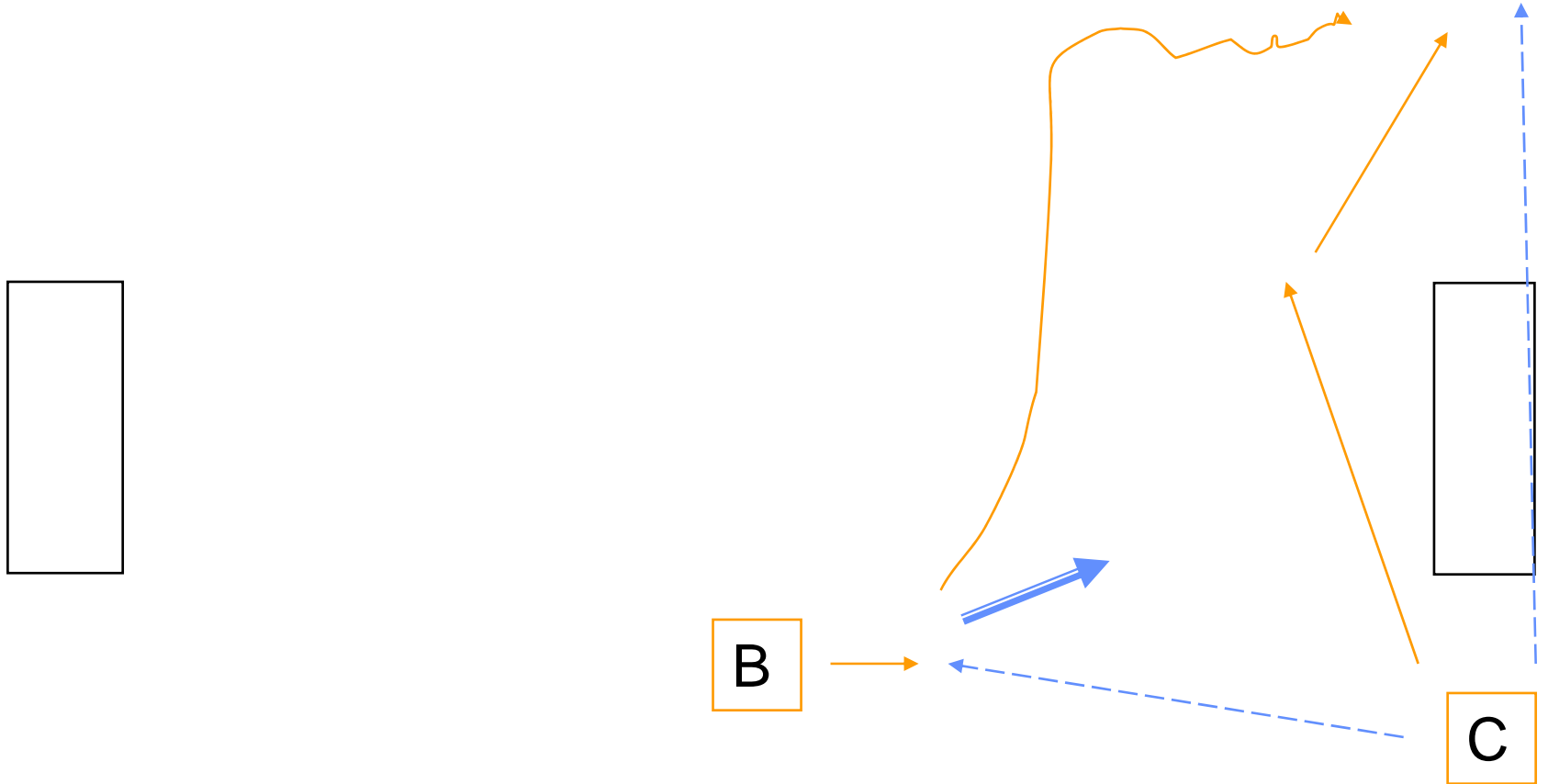
Auslösung mit Point, alles Direktpässe und Schüsse. Tempowechsel/Timing



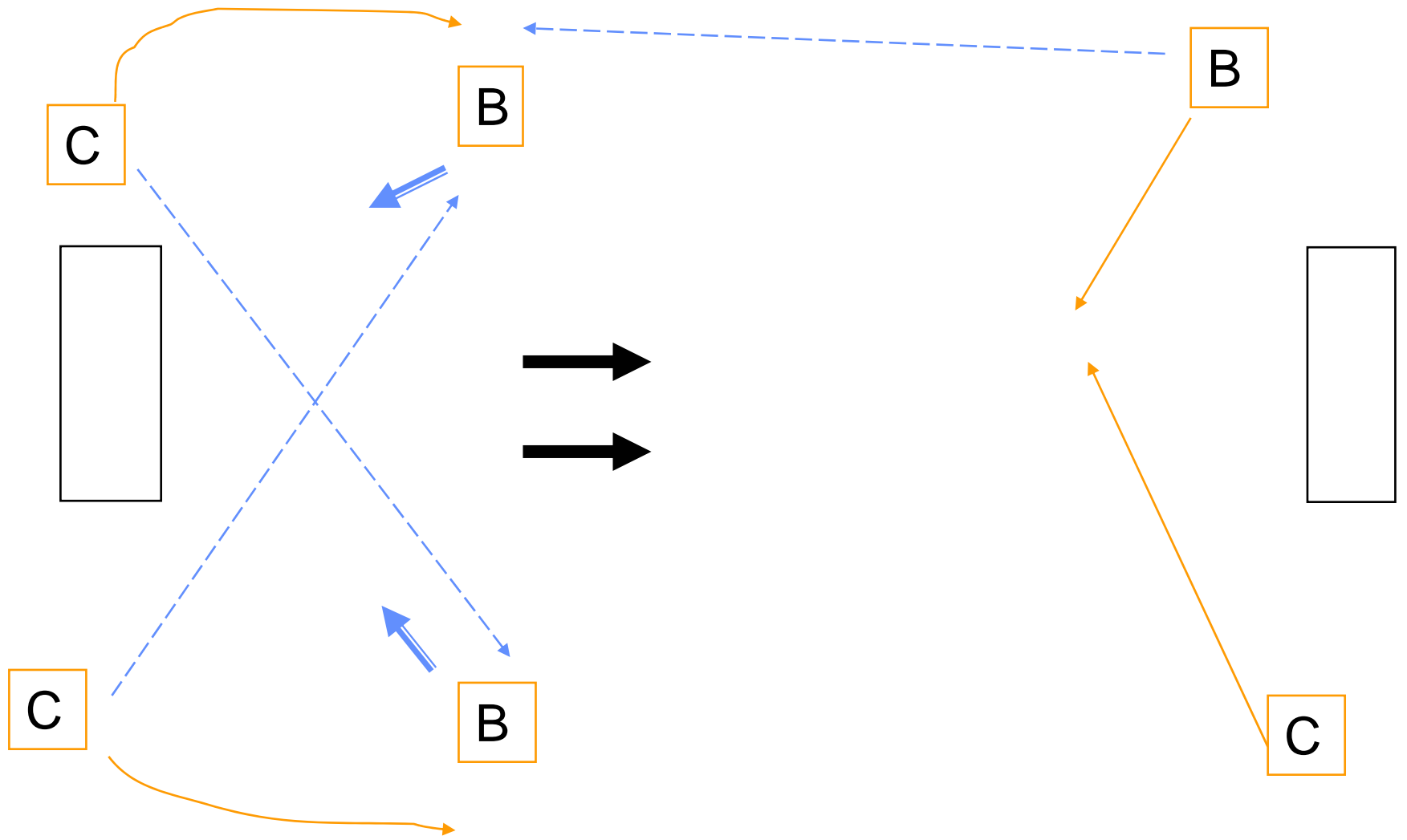
C macht Druck an Bande auf B. A blockt evtl Schuss von B



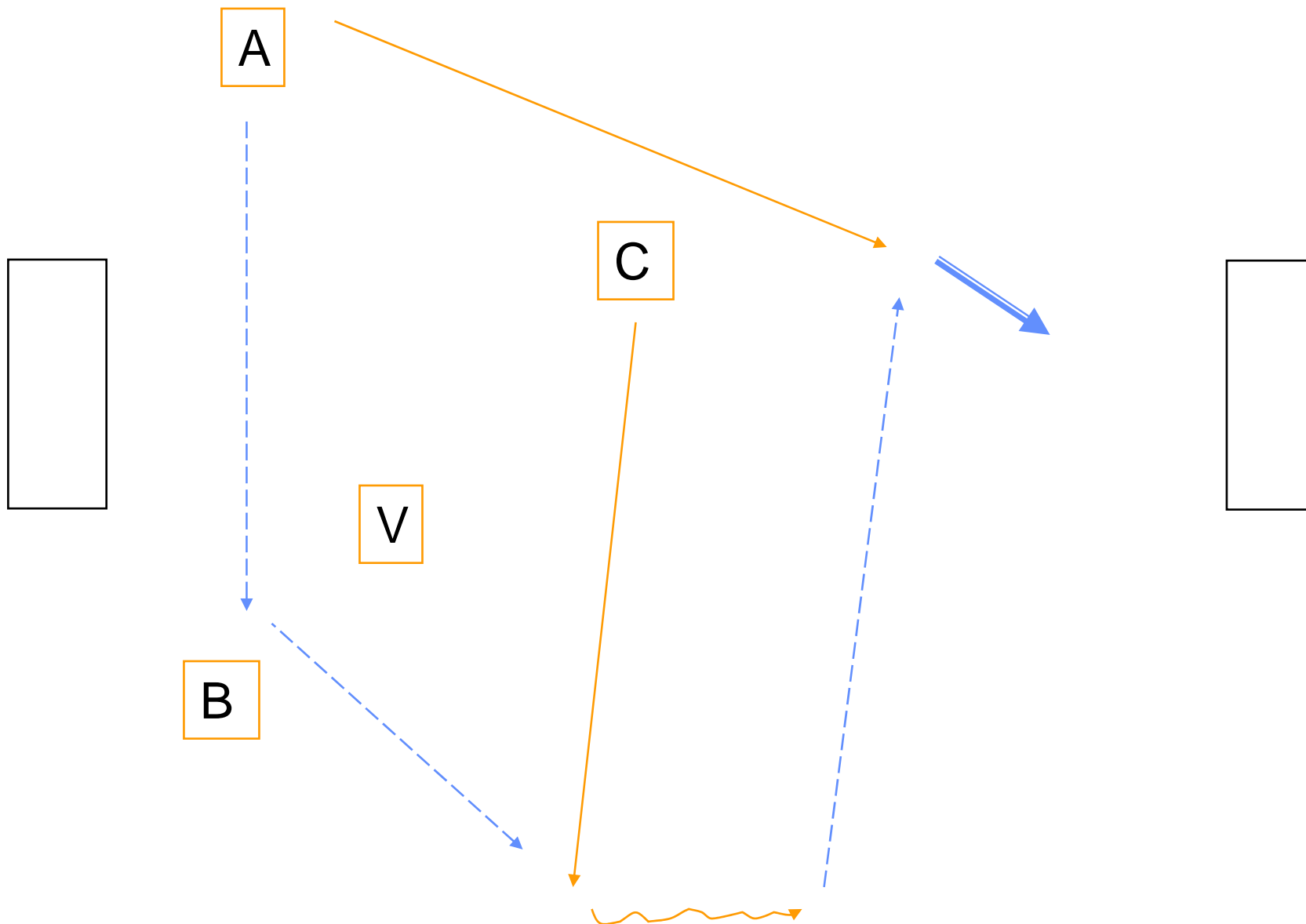
C spielt Pass auf B, dieser läuft weiter, bekommt von 2. C einen Pass in die Ecke. C1 arbeitet defensiv gegen B(sehr agressiv).



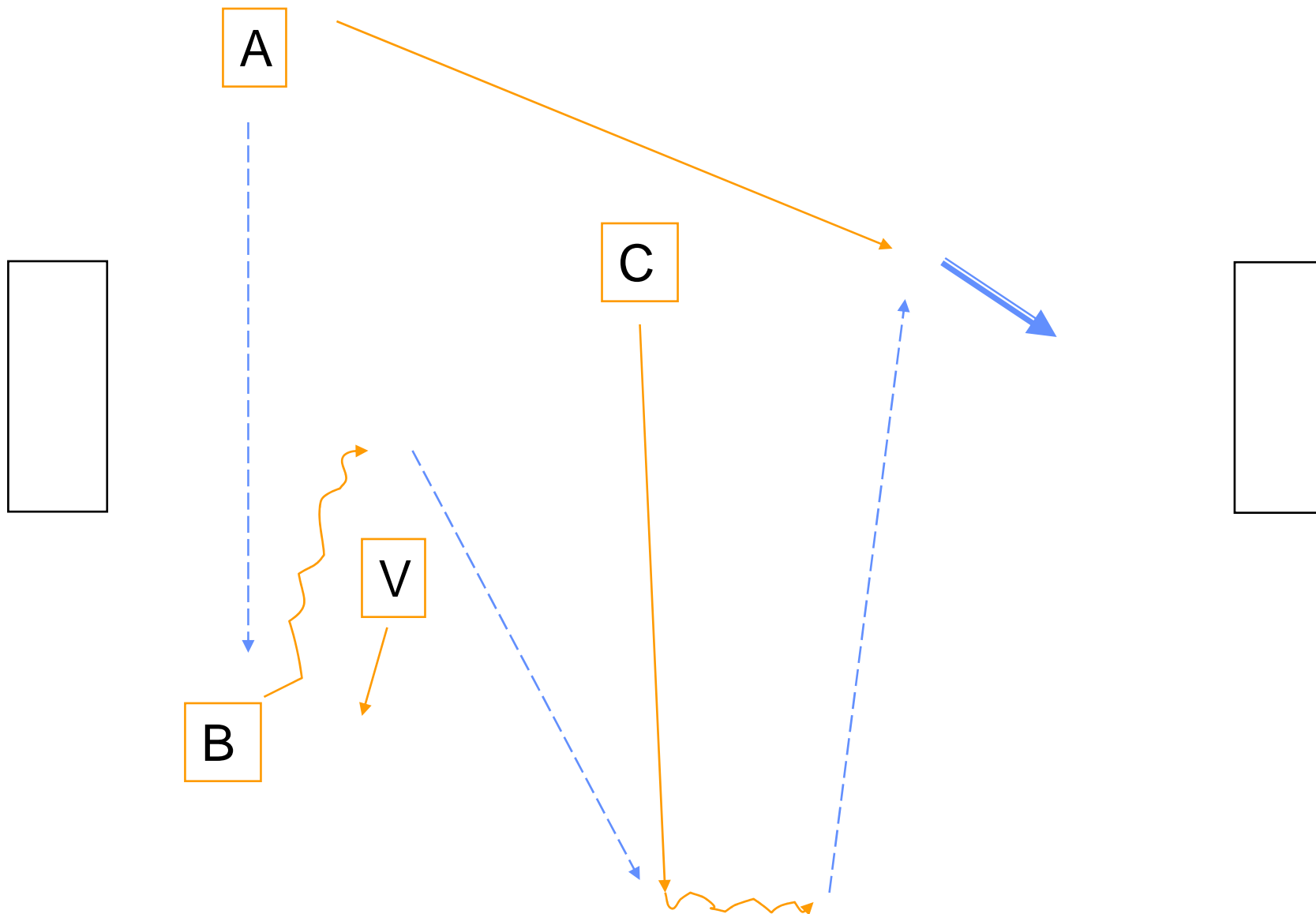
Beide B schießen und arbeiten defensiv. C wird durch Bandenpass ausgelöst und wird offensiv. 2 gegen 2.  
Bei Pfiff kommen die beiden oberen B und C zum Einsatz. 3 gegen 3.



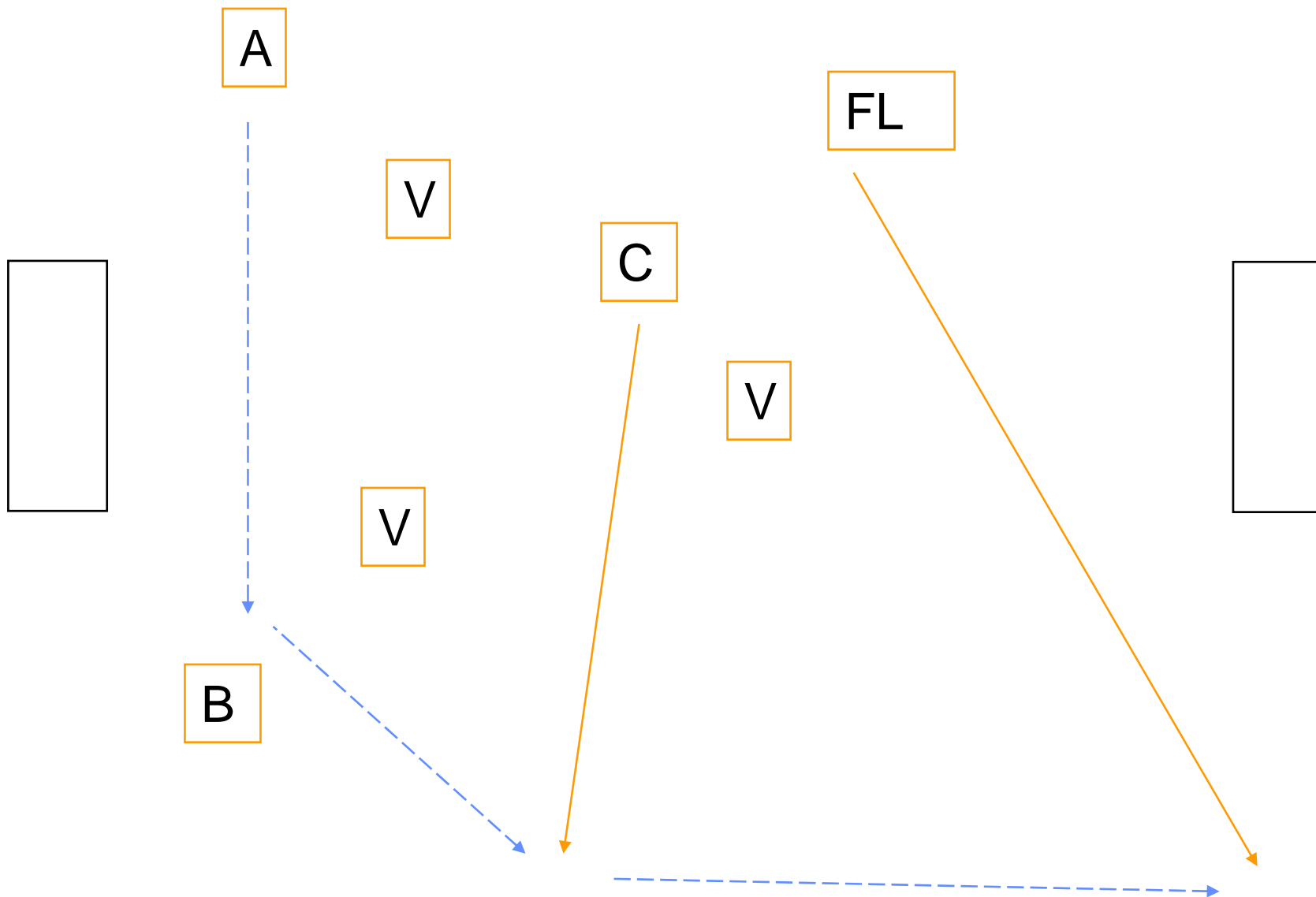
Auslösung breit, auf C (Bande) A zieht in Slot. Pass, Schuss



Auslösung breit. B oder A zieht mit Ball in die Mitte. Pass i auf C (Bande) A verzögert zieht in Slot.  
Pass, Schuss

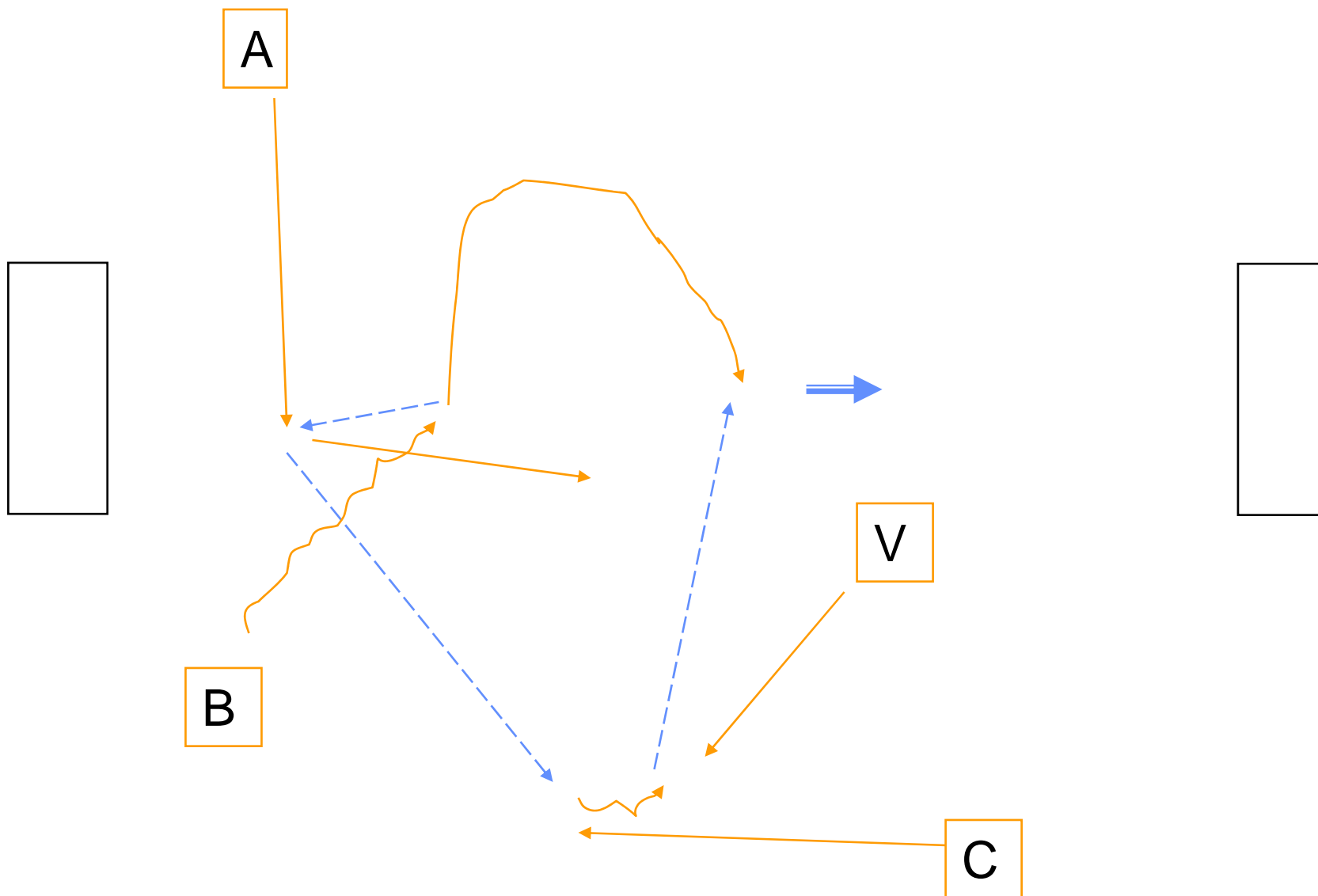


4 gegen 3 mit Auslösung breit, auf C (Bande), dieser direkt backhand in Ecke auf FL. Nacher 4 gegen 3

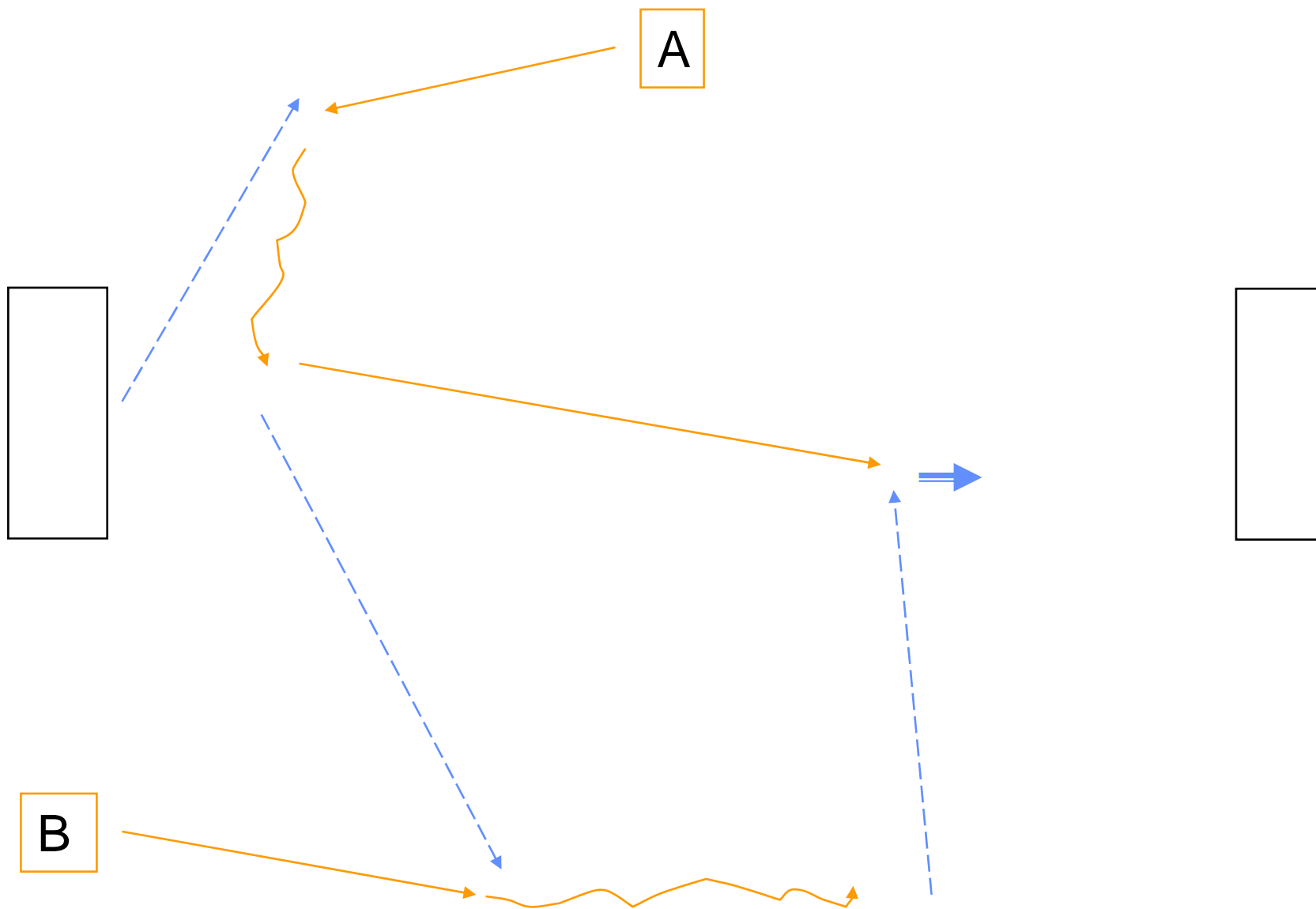




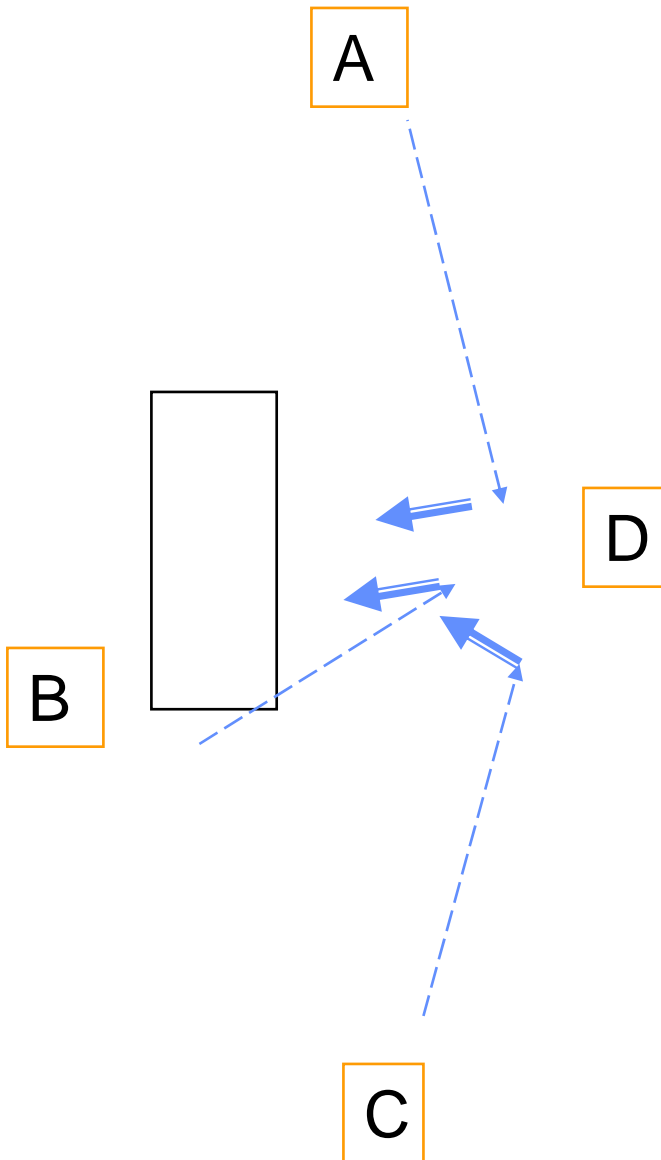
Auslösung mit anlaufendem B, spielt zurück auf A, dieser auf C. V macht Druck auf C. Dieser passt auf B. Abschluss. Genauigkeit und Direktpasspiel.



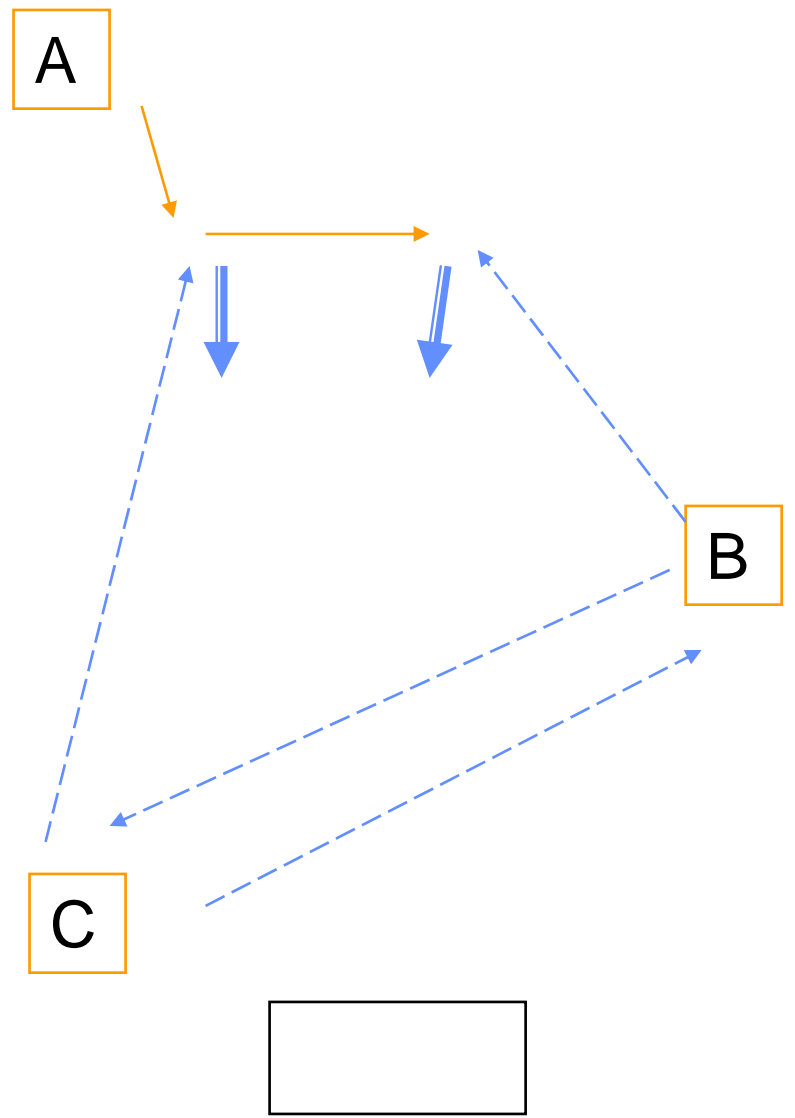
Goalieauswurf auf A, dieser passt zu B. B nimmt Ball mit und passt auf A. Schuss



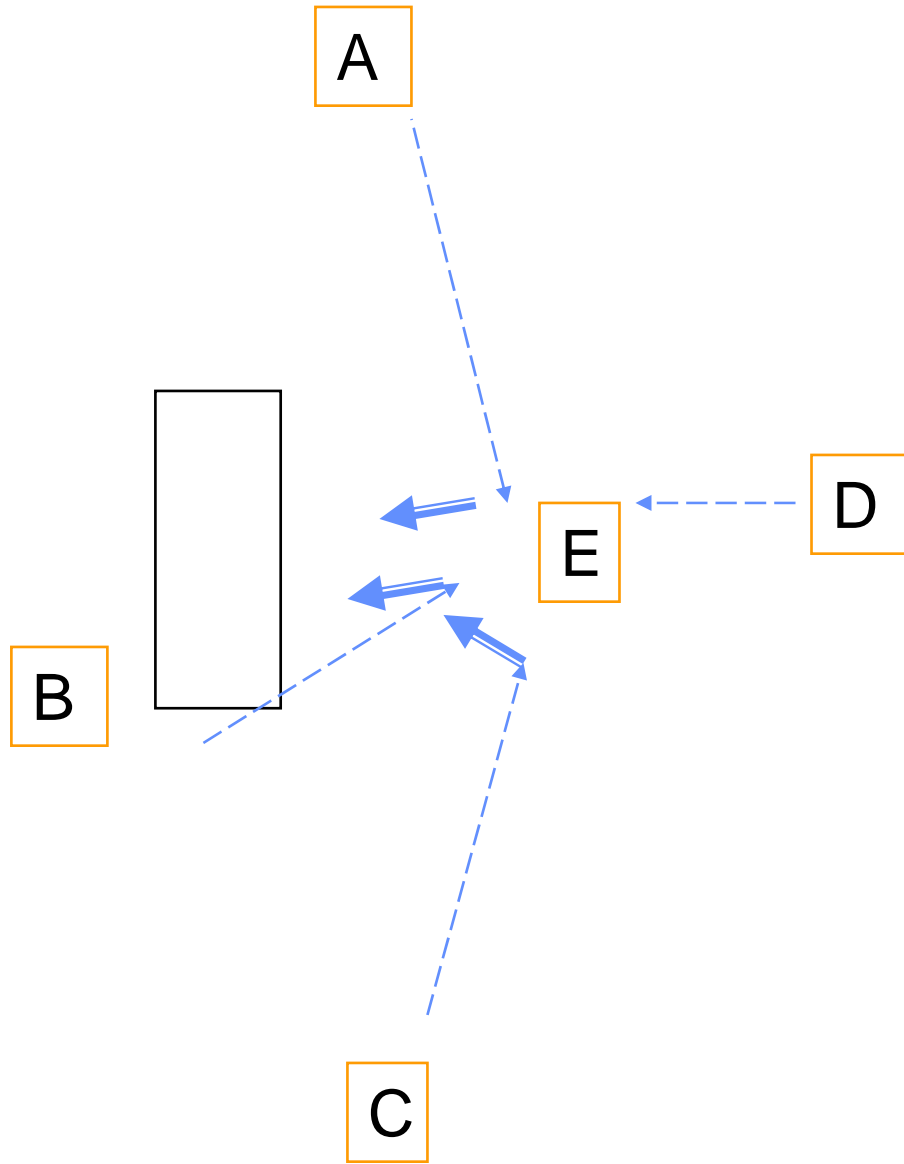
6 Spieler in einem Drittel: Goalieauswurf auf A, dieser passt zu C, Schuss. A passt auf A Pass auf C, Schuss. Wechsel A1-C1



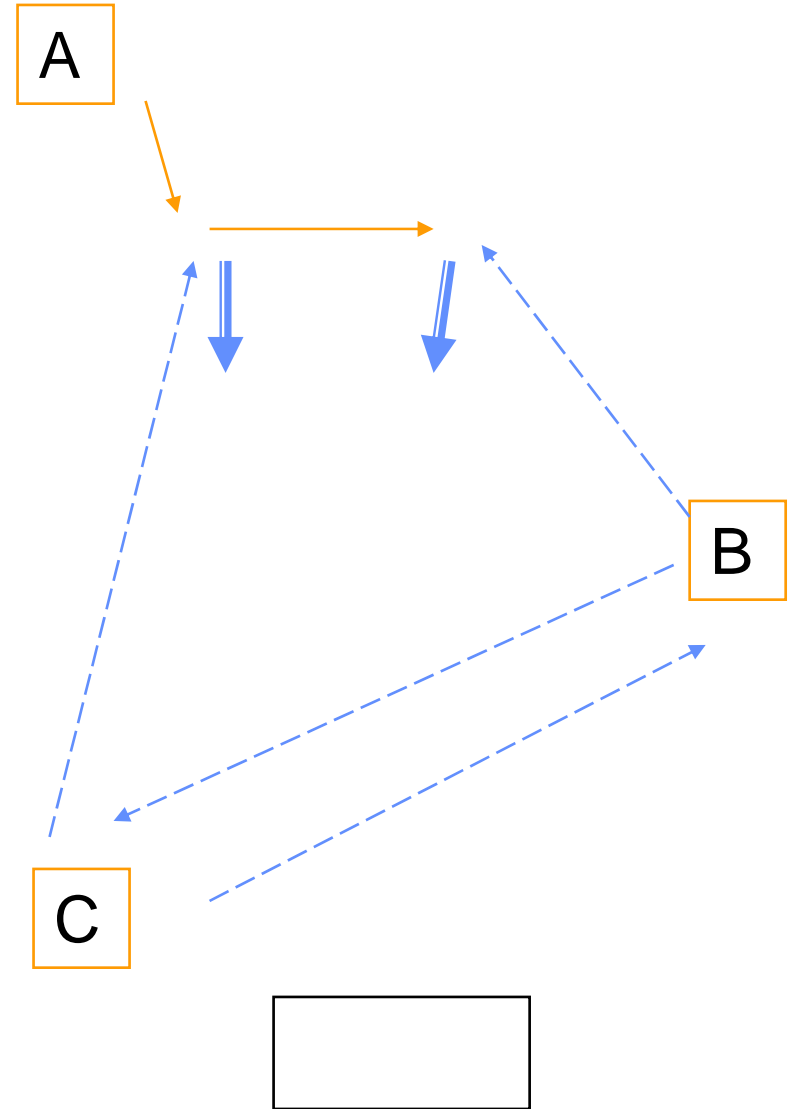
6 Spieler: B auf C, C auf A, Schuss. C2 auf B2, B2 auf A, Schuss



6 Spieler in einem Drittel: Goalieauswurf auf A, dieser passt zu C, Schuss. A passt auf A Pass auf C, Schuss. Wechsel A1-C1

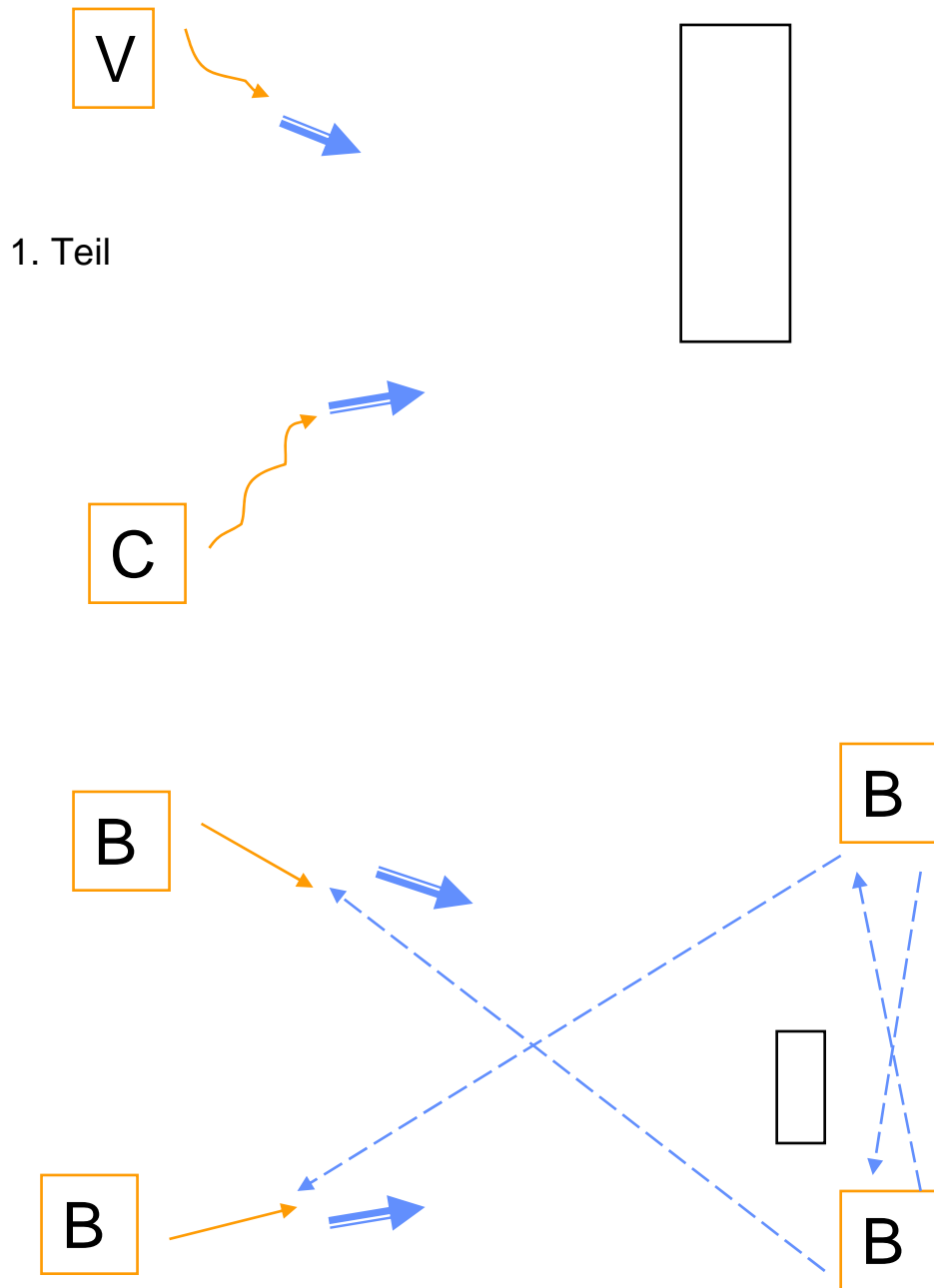


6 Spieler: B auf C, C auf A, Schuss. C2 auf B2, B2 auf A, Schuss

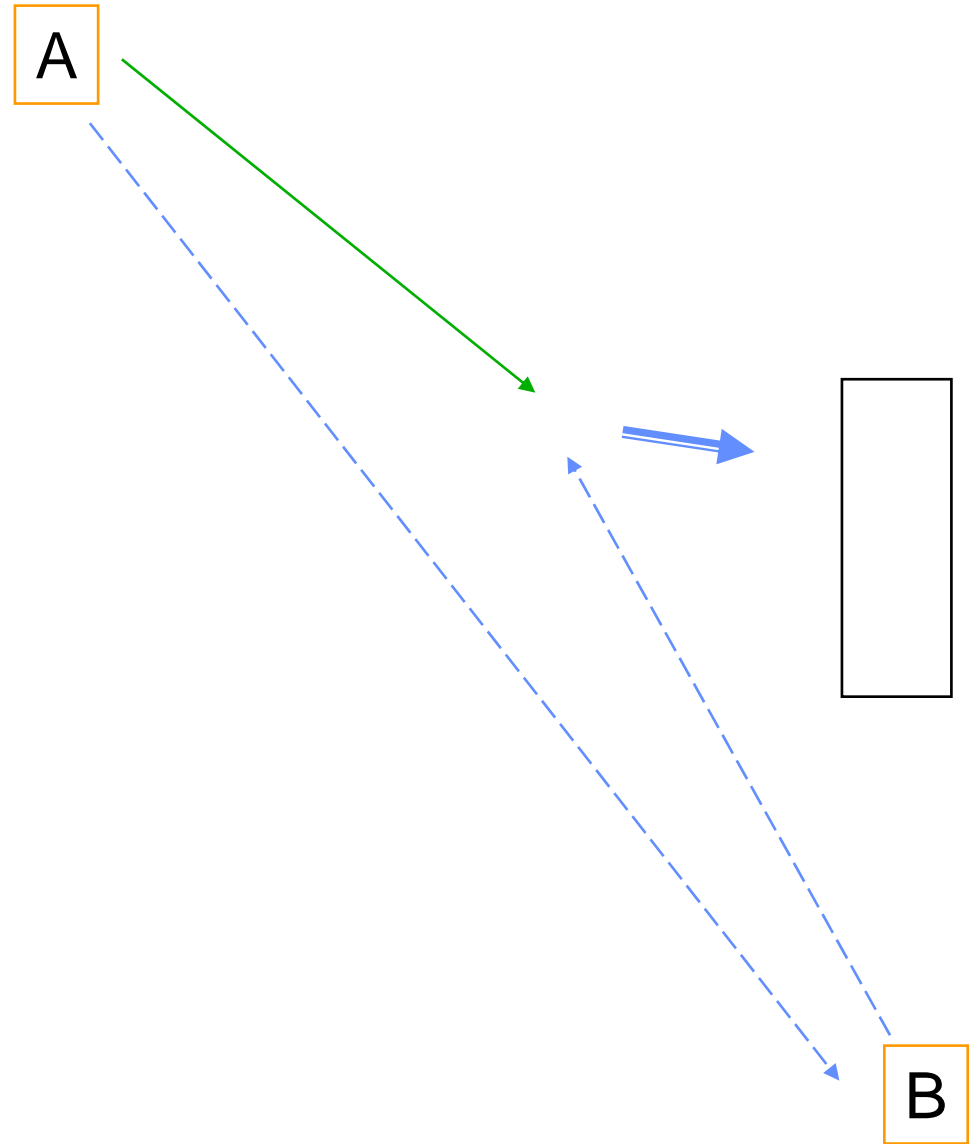
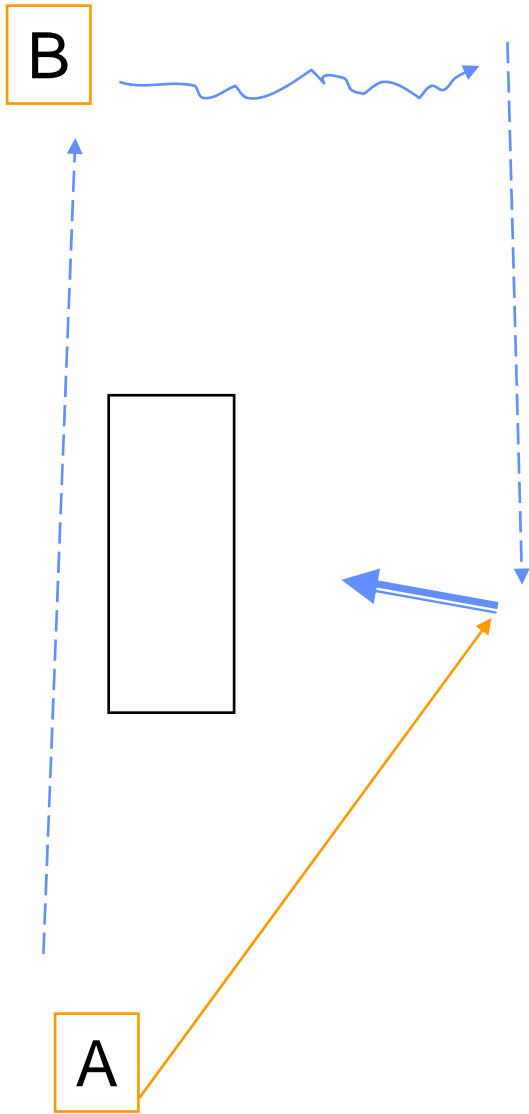


# Goalie einschiesen: auf beide Seite

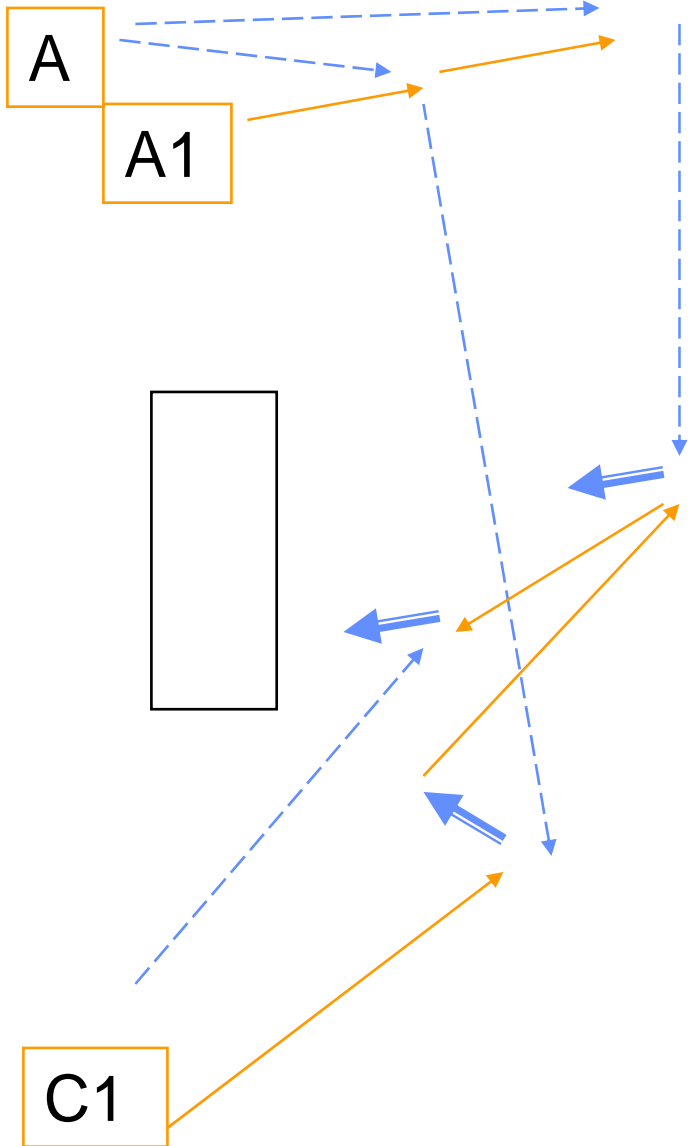
 Kleine Tore



# Schussübungen alle direkt

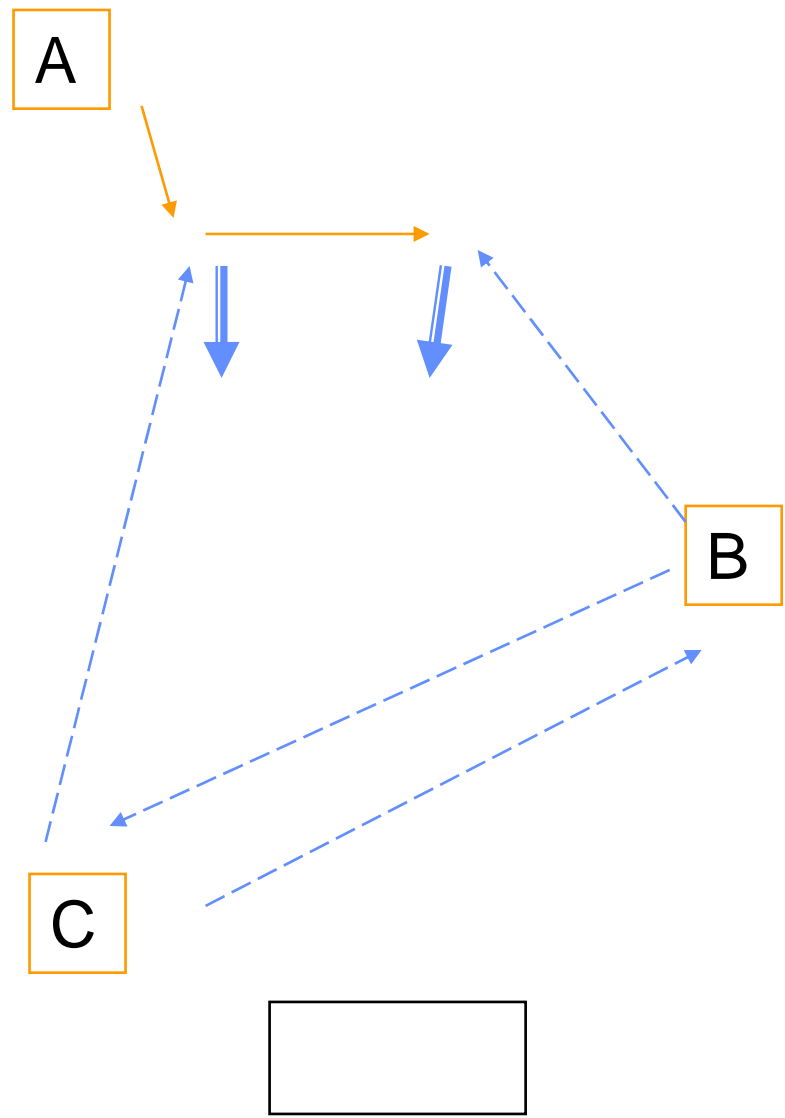


6 Spieler in einem Drittel: Goalieauswurf auf A, dieser passt zu C, Schuss. A passt auf A Pass auf C, Schuss. Wechsel A1-C1



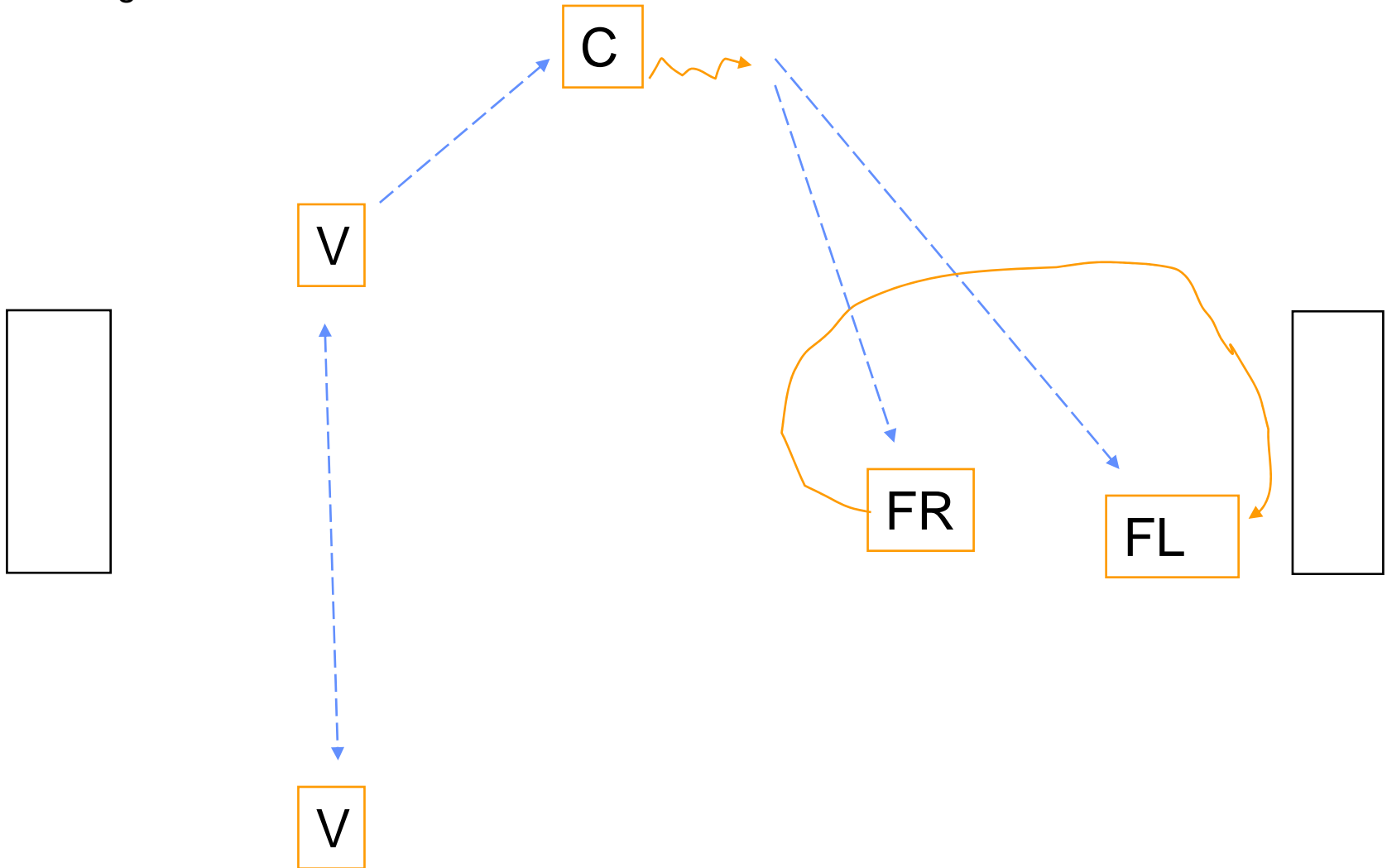
3 gegen 3

6 Spieler: B auf C, C auf A, Schuss. C2 auf B2, B2 auf A, Schuss

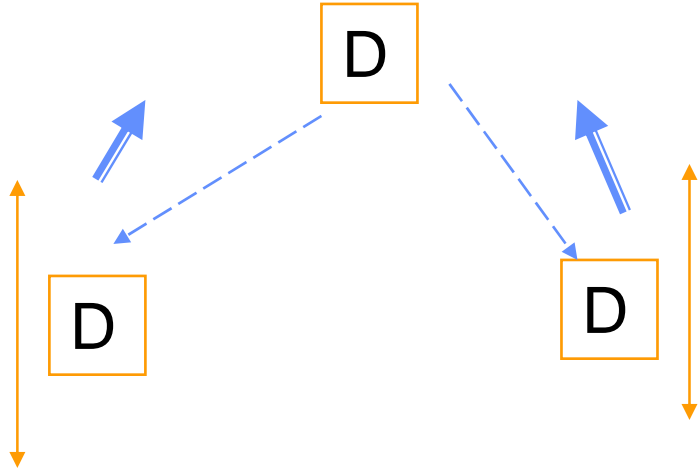
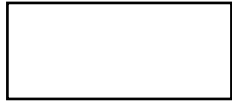




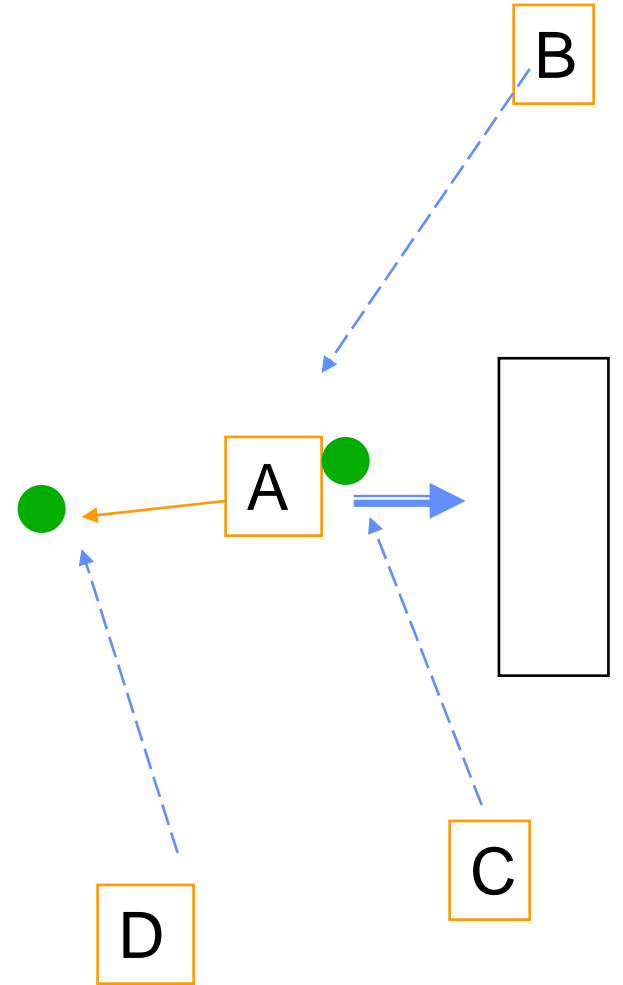
Auslösung breit od Point, auf C (Bande), dieser spielt auf einen der Flügel. Flügel laufen im Oval  
Immer auf langen Pfosten.



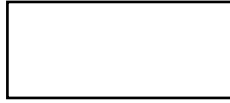




3 gegen 3 auf  
kleine Tore



## 2 gegen 2



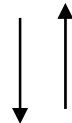
in kleinem Raum  
(Feld mit 5 Bänkli abgrenzen)

- Mit Passeuren an den Seitenlinien
- Rundlauf mit Transition

1 Spieler ist Goalie  
(Beine auseinander und Stock umkehren). Der Andere ist Feldspieler und spielt 1 gegen 1.  
Wechsel

Brasil, zuerst offensiv,  
Transition, defensiv.

Nacher kommen 2  
neue Spieler. Die def. Spieler  
Gehen raus.



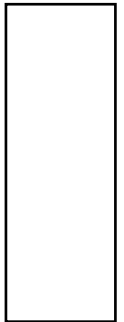
## 3 gegen 3 mit Auflagen

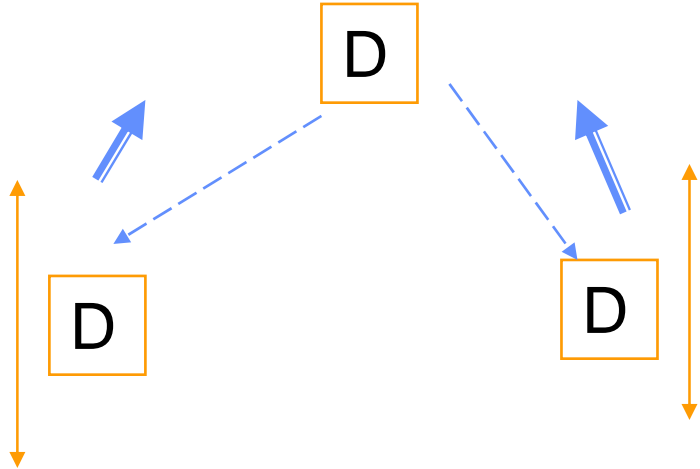
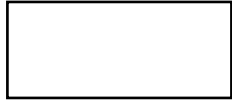
- Kein Pass spielen und nicht übergeben.
- Kein Pass spielen nur übergeben (kreuzen)
- Bei Tor müssen alle Spieler über die Mittellinie
- Auslösung vor Mittellinie an Bande
- Auslösung nur Goalie (weit)
- Tor nur Direktschuss
- Tor nur Backhand
- Alle Spieler müssen Ball berühren
- Ballführende Spieler auf den Rücken klopfen (Freistoss)
- 2 Ballberührungen

Kurs Spielverständnis

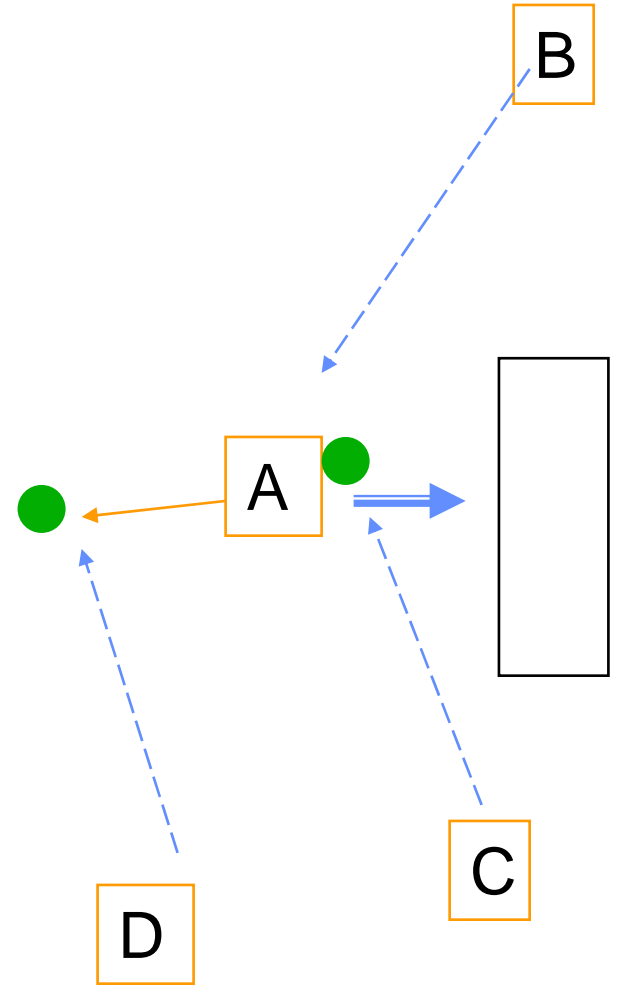
## 1 gegen 1

- Raum eingrenzen (Käfig)
- Zickzack (Inside)
- Auf verschiedene kleine Tore
- Täuschungen und dann Zweikampf.

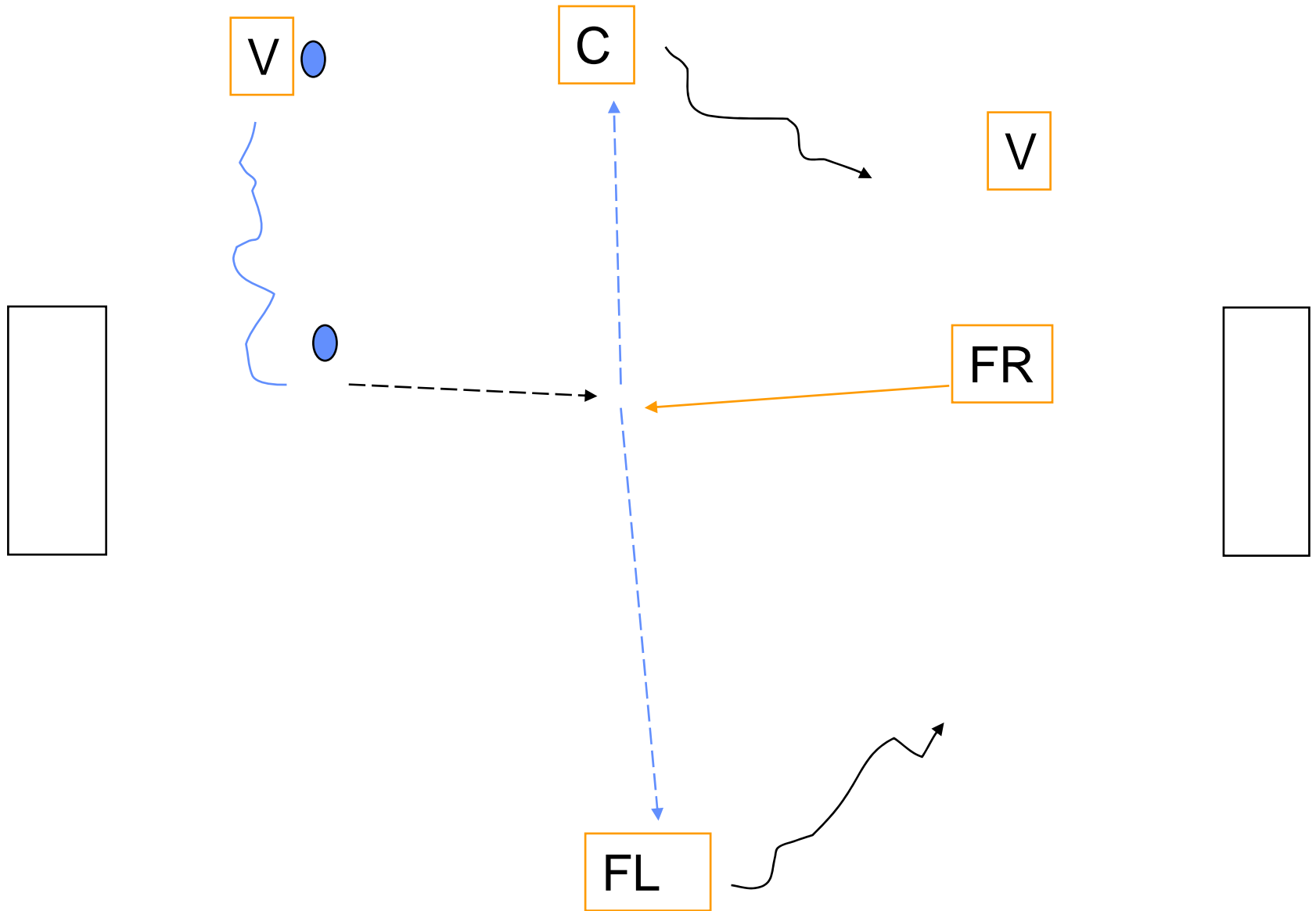




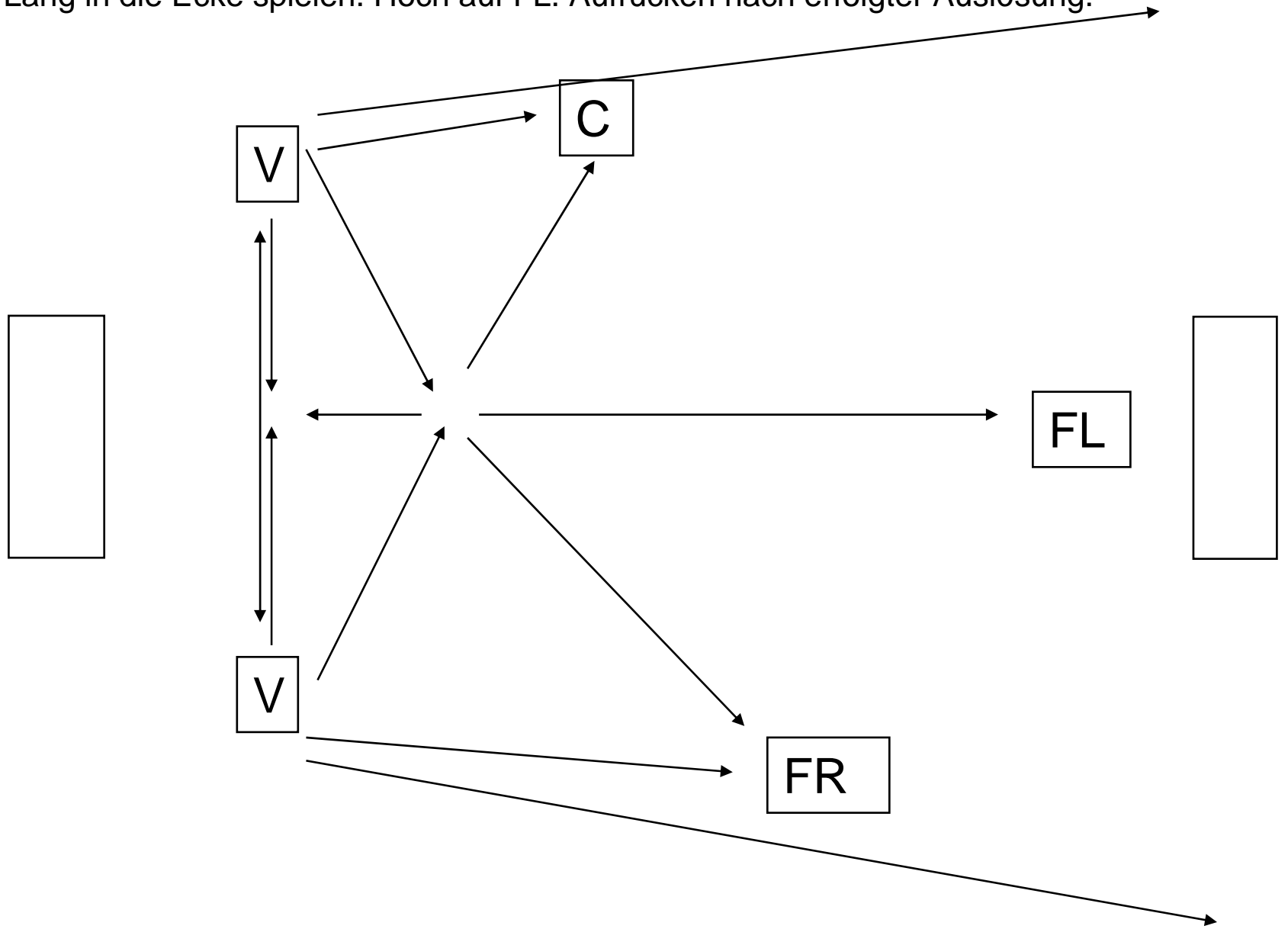
2 gegen 2 auf kleine Tore.  
Je 2 Ausssenanspiel  
Stationen.



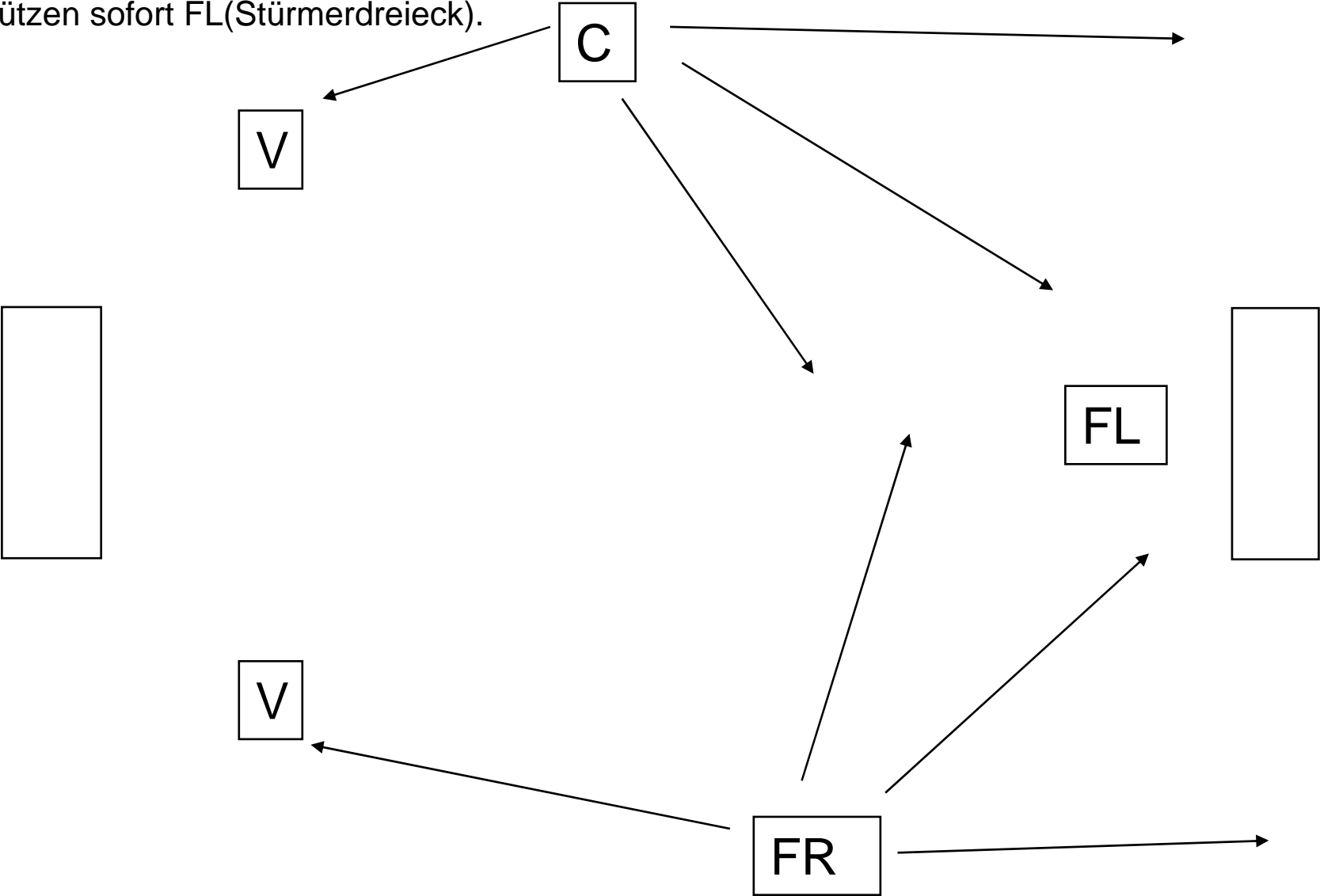
# Passübung mit Abschluss (1-1)



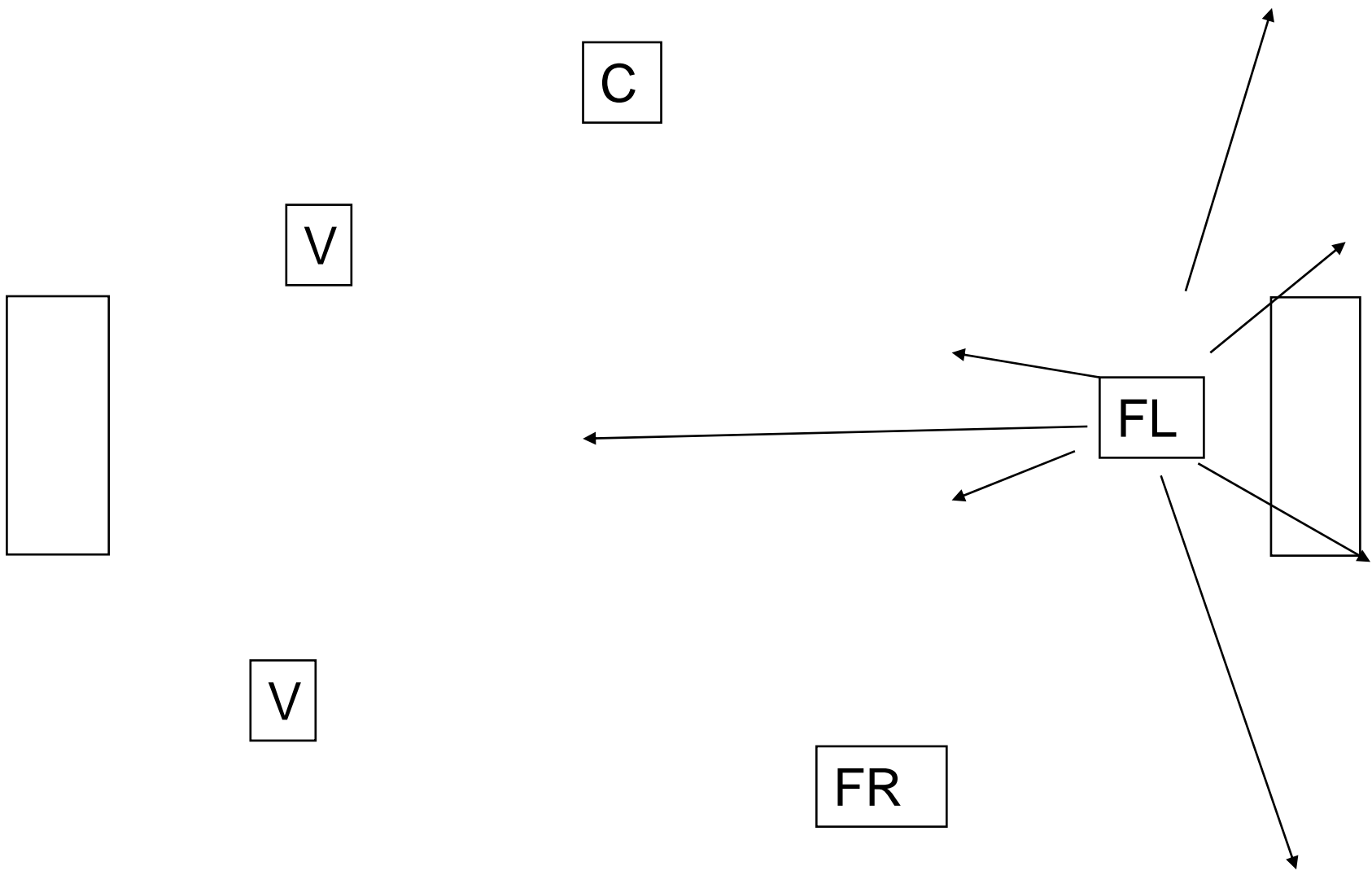
**Offensive Grundaufstellung** bei Auslösung. Varianten der **Verteidiger** (Laufwege und Passwege).  
V spielen 1-3 mal hin und her. Können auf Point Pos. wechseln. Können diagonal auf C od. FR  
Spielen. Lang in die Ecke spielen. Hoch auf FL. Aufrücken nach erfolgter Auslösung.



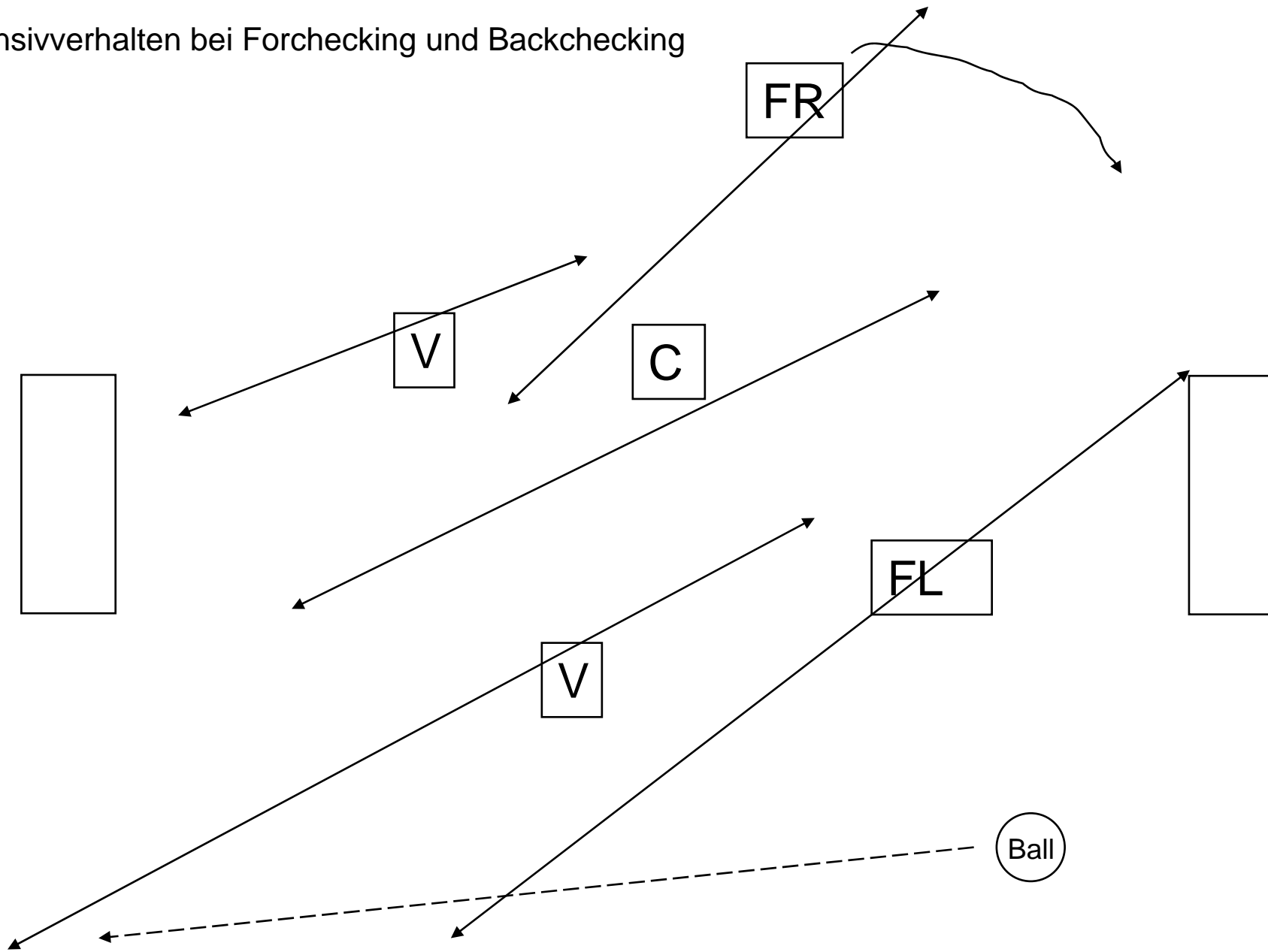
**Offensive Grundaufstellung** bei Auslösung. Varianten der **C** und **FR** (Laufwege und Passwege).  
Spielt in Ecke. Geht oder spielt auf Tor. Geht oder spielt in Slot. Doppelpass mit FL.  
Unterstützen sofort FL (Stürmerdreieck).



**Offensive Grundaufstellung** bei Auslösung. Varianten des **FR** (Laufwege).  
Geht spät raus in die Ecke. Zurückfallen (Raum schaffen). Doppelpass auf Höhe Torraum.  
Stürmerdreieck. Abpraller. Bietet sich an bei evtl Auslösung durch die Mitte.

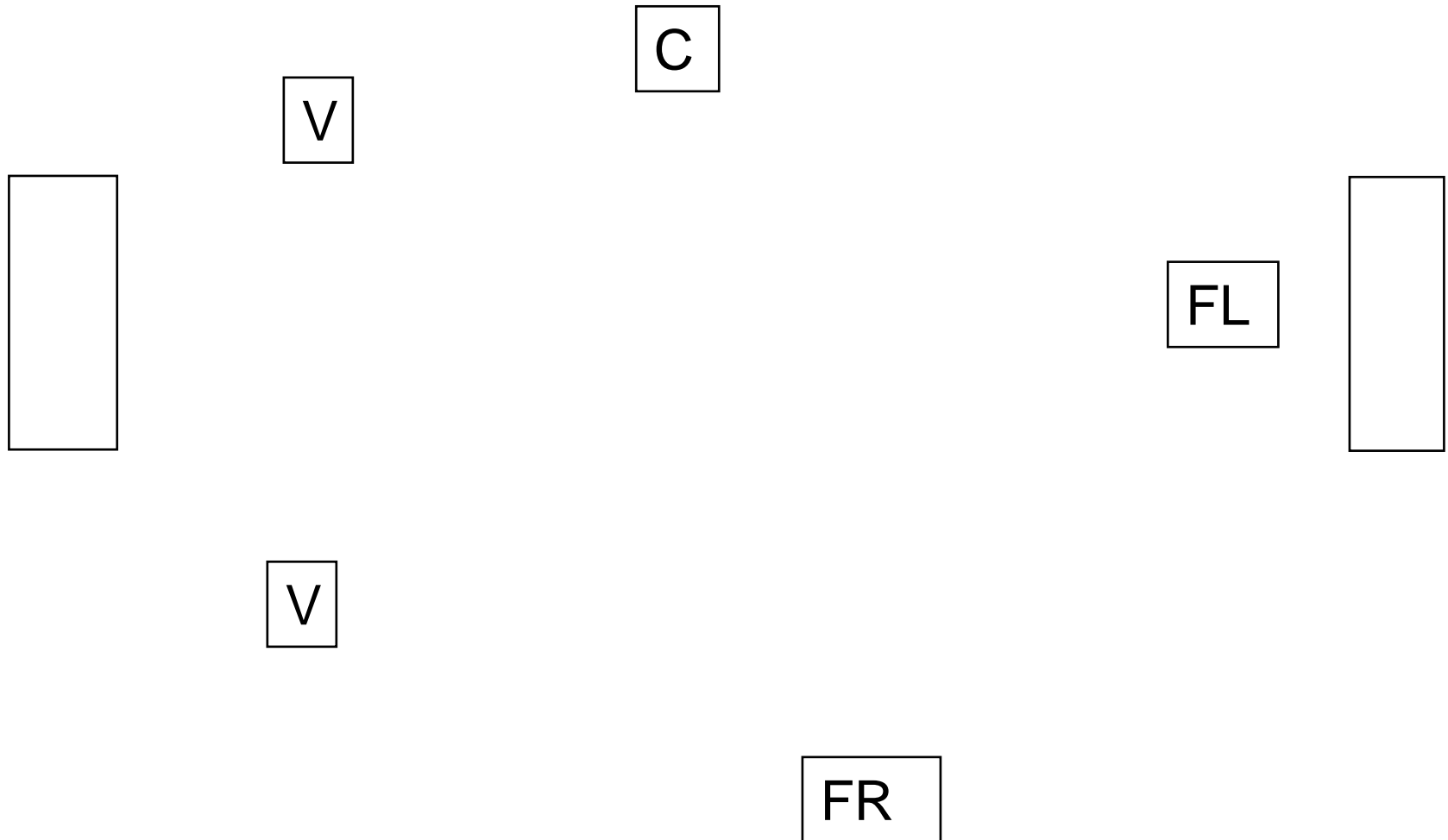


# Defensivverhalten bei Forchecking und Backchecking

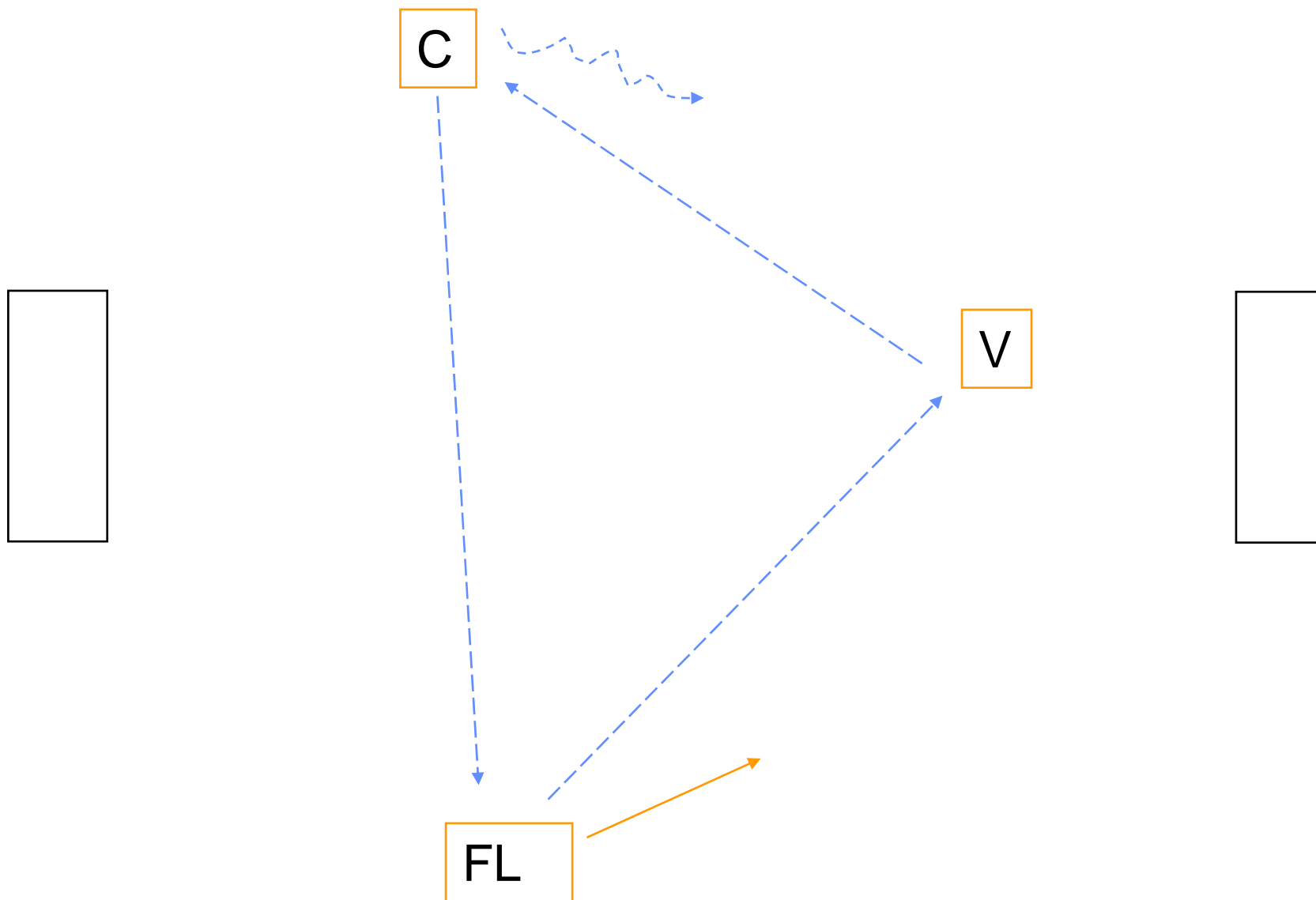


## Offensive Grundaufstellung bei Auslösung (2-2-1)

**Ziel:** Mit dieser Auslösungsvariante soll die Mittelzone schnell und ohne Ballverlust überbrückt werden und der Gegner in seine Verteidigungszone zurück gebunden werden. Mit Rückpass auf die V und einer evtl. Seitenverlagerung wird der Gegner zu def. Laufarbeit gezwungen (Druck auf das Tor erhöhen). Kleiner Laufaufwand, einfach zu spielen (reduziertes Timing), einige Varianten möglich. Genaues und schnelles Passspiel erforderlich.



2 gegen 1 mit 3 vorherigen Pässe



2 Pässe. FL blockt auf nahen Pfosten, V beschleunigt und schießt gezogen

