

Coachingpunkte 1:1

1:1 frontal



OFF:

1. Hohes Tempo – enge Ballführung – Verteidiger binden
2. Rechtzeitige Finte – Tempowechsel
3. Direkter Zug zum Tor
4. Konsequente Anschlussaktion (Zuspiel – Torabschluss)

DEF:

1. Hohes Tempo – Raum schließen
2. Tempo rechtzeitig raus
3. Mitte zu – seitliche Stellung – Seite anbieten
4. Tempo aufnehmen
5. Körper rein (Ballabnahme, Tackling ball weg, taktisches Foul)

1:1 Gegner im Rücken



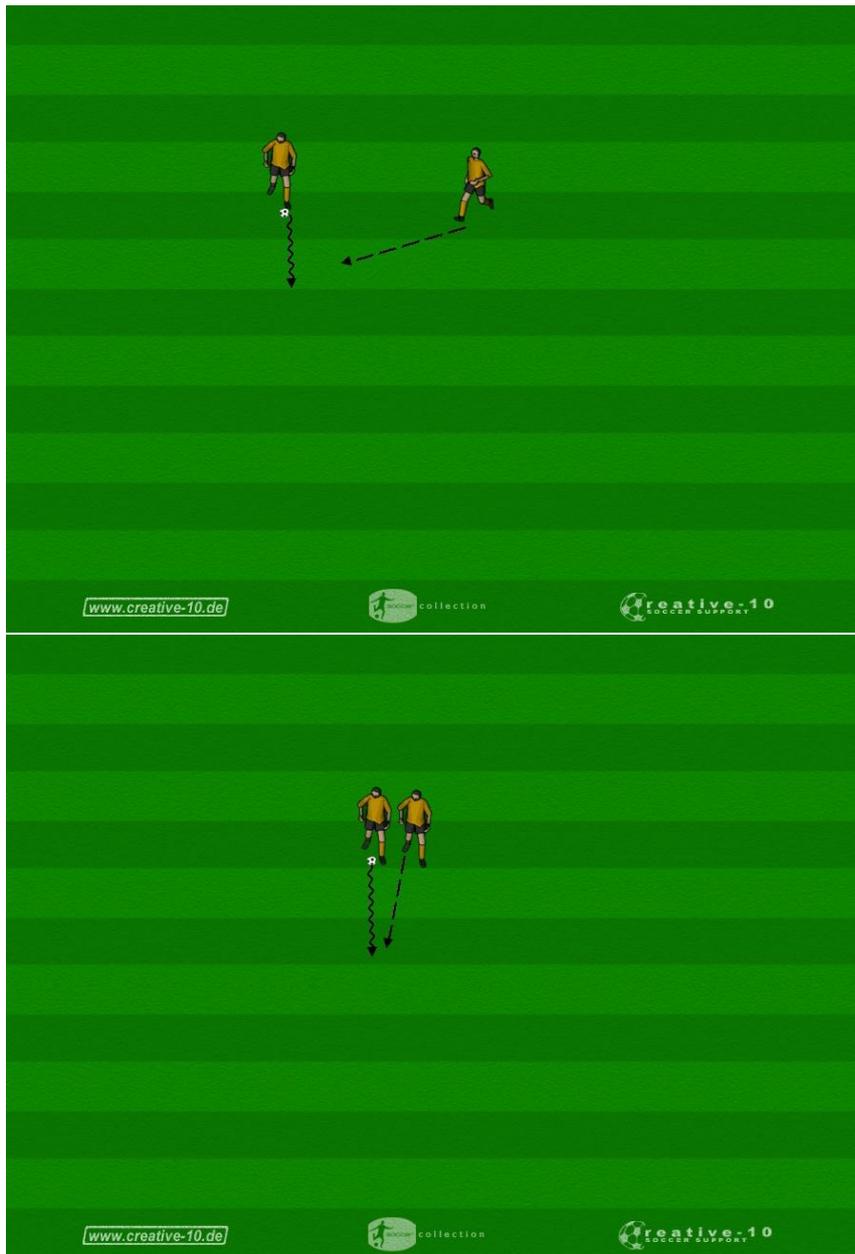
OFF:

1. Seitlich stehen
2. Aufdrehen, wenn möglich
3. Ball abdecken, Raum schaffen (Flügel raus), wenn drehen nicht möglich
4. Mit Körper zwischen Ball und Gegner nach einer Seite ausbrechen
5. Ball auf gegnerentferntem Fuß

DEF:

1. Armlängenabstand
2. Nicht 180 Grad drehen lassen
3. Ab 5. 1:1 frontal

1:1 seitlich / neben



OFF:

1. Ab 4. 1:1 Gegner im Rücken

DEF:

1. Ab 4. 1:1 frontal