

Interne Trainerweiterbildung

am 22.01.2020 beim FC Wacker München

Hallentraining

Organisation Hallenturniere

Aufwärmprogramm

Hallentaktik

Hallentraining

- ▶ Lauf- und Fangspiele zum Aufwärmen

- ▶ Schwerpunkt auf Technikschiung
- ▶ Passspiel

- ▶ Spielen lassen!

Hallentraining



Hallentraining



Hallentraining



Hallentraining



Hallentraining



Organisation Hallenturniere

- ▶ Material

- > so wenig wie notwendig

- ▶ Treffpunkt

- > abhängig vom 1. Spiel

- ▶ Wechseltrikots

- > Leibchen vermeiden

- ▶ Nasses Handtuch / Haarspray

- > für die Schuhe

- ▶ Obst / Gemüse

- > auf längere / kürzere Spielpausen achten

Aufwärmprogramm

- ▶ Ohne Trikots
- ▶ Abhängig vom 1.Spiel!
- ▶ Keine feste Reihenfolge
 - > Wenn ein Tor frei ist gleich auf das Tor gehen
- ▶ Hütchen vermeiden
 - > An Linien orientieren

Aufwärmprogramm



Aufwärmprogramm



Aufwärmprogramm



Aufwärmprogramm



Hallentaktik

- ▶ 1 -1-2-1
- ▶ 1 -1-2-2
- ▶ Anstoßvarianten
- ▶ Einkickvarianten
- ▶ Eckballvarianten

Hallentaktik



Hallentaktik



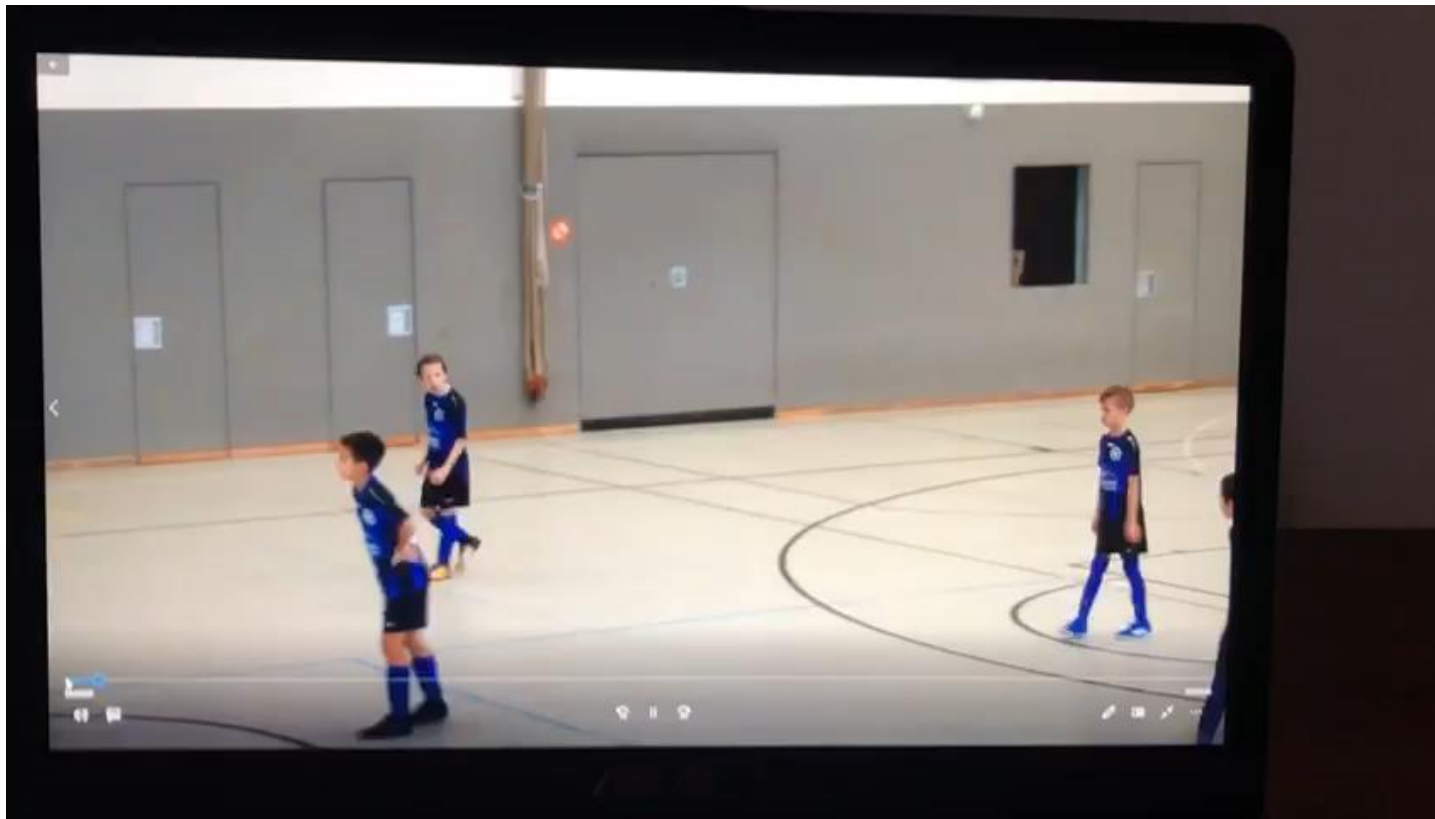
Hallentaktik



Beispiel Pressing



Beispiel Pressing II



Beispiel Einkicken



Beispiel Spiel Aufbau



Beispiel Spielaufbau II



Beispiel Spielaufbau III



Beispiel Defensivverhalten



Beispiel Defensivverhalten II



Beispiel Laufwege



Beispiel Laufwege II

