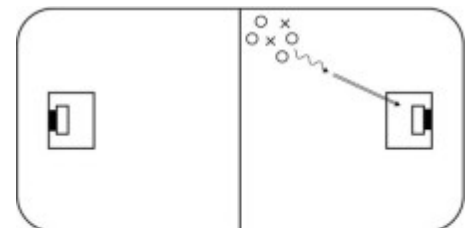


# Unihockey Grossfeld – Technik: Abschlusswettkämpfe

Bei dieser Wettkampfform absolvieren die Spieler ein spannendes, attraktives Schusstraining und trainieren den Umgang mit Druck.

Die Spieler teilen sich in 2er-Gruppen auf. Die beiden Spieler treten gegeneinander an. Sie machen einen Wetteinsatz untereinander aus (z. B. der Verlierer macht eine Koordinationsaufgabe oder eine Kraftübung usw.). Das ganze Team schießt aus der gleichen Position auf den gleichen Torhüter, um gleiche Bedingungen zu haben. Pro erzielt Tor gibt es 1 Punkt.

Dazu können die gewohnten und bekannten Schuss-Übungen (Links-Mitte-Rechts, Karussell...) verwendet werden. Es ist sinnvoll, mehrere verschiedene Übungen in einem Wettkampf unterzubringen.



## Legende:

- x Spieler
- x Spieler mit Ball
- Pass
- Laufweg ohne Ball
- ~ Laufweg mit Ball
- == Schuss

## Variation

Team in 2 Gruppen aufteilen, welche je in einer Hallenhälfte auf einen Torhüter agiert. Ziel ist es, innert möglichst kurzer Zeit eine bestimmte Anzahl Tore (z. B. 15 oder 20) zu erzielen. Sobald ein Team diese Anzahl erreicht hat, wird abgepfiffen. Dieser Wettkampf kann in einer Best-of-3- (oder Best-of-5-) Serie ausgetragen werden, wobei das Verliererteam am Ende aufräumen oder eine Zusatzaufgabe erledigen muss.

Quelle: [swiss unihockey](https://www.swissunihockey.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO