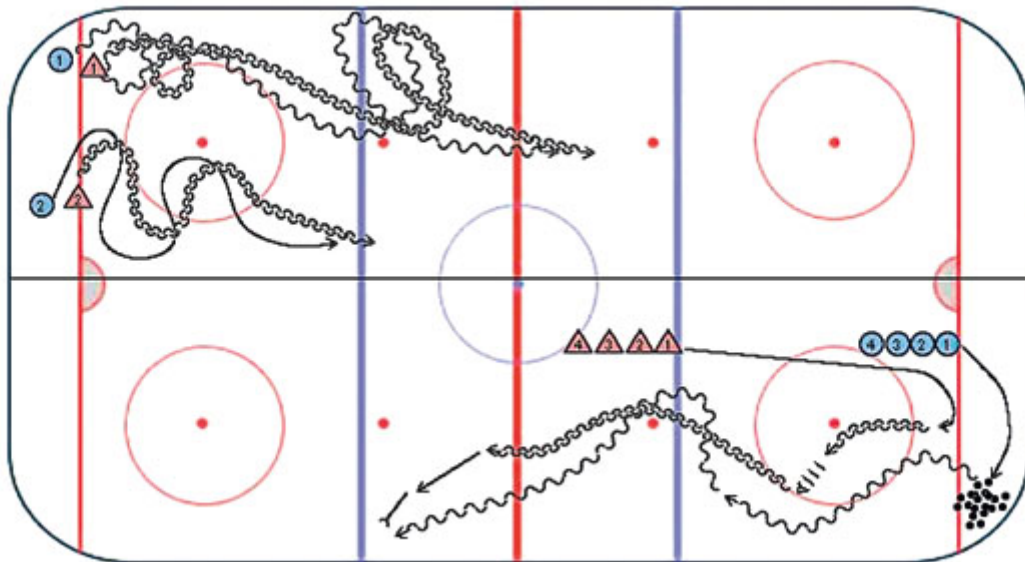


Eishockey: Eins gegen Eins

Mit dieser Übung wird die Eins-Eins-Situation von der Torlinie zur offensiven blauen Linie trainiert. Der Angreifer versucht diese schnellstmöglich zu erreichen, der Verteidiger hindert ihn daran.



Ganzes Eis, mit oder ohne Scheibe. Gegenspieler startet auf der verlängerten Torlinie. Der Verteidiger versucht mit seinen Laufwegen dem Gegenspieler immer wieder in den Weg zu kommen, diesen abzurängen und Zeit zu gewinnen. Der Angreifer versucht so schnell wie möglich über die offensive blaue Linie zu kommen. Dort wird die Zeit gestoppt. Welches Team gewinnt mehr Zeit mit Abdrängen und Verteidigen des Eisfeldes?



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO