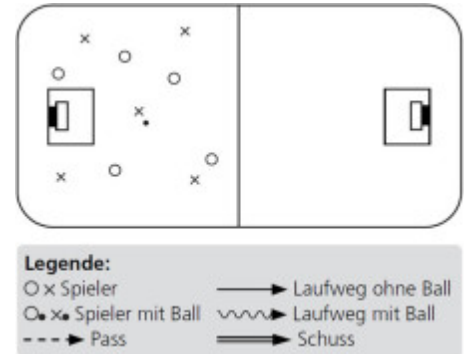


# Unihockey Grossfeld – Taktik: Defensedrill

Während dieser Übung werden die Spieler in defensive Spielsysteme eingeführt. Die Trainer erläutern jeweils die defensive Aufgabe und zeigen die Laufwege auf.

Zwei Teams à je 5 Spieler stellen sich auf dem Feld auf. Ein Team in der Aufstellung des entsprechenden Spielsystems (z. B. 2-1-2), das andere Team simuliert den Gegner mit Ballbesitz.

Nach Anweisung des Trainers wird der Ball gespielt. Der Trainer erklärt situationsbezogen wie sich die defensiven Spieler verschieben müssen und welche Aufgabe sie dabei wahrnehmen müssen.



## Variationen

- Das offensive Team spielt sich den Ball ohne Vorgaben des Trainers zu.
- Defensive Spieler halten den Stock verkehrt herum.
- Das defensive Team darf den Ball erobern..

**Bemerkung:** Verschiedene Situationen simulieren (Auslösungen, Ecke, hinter Tor etc.).

Quelle: [swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO