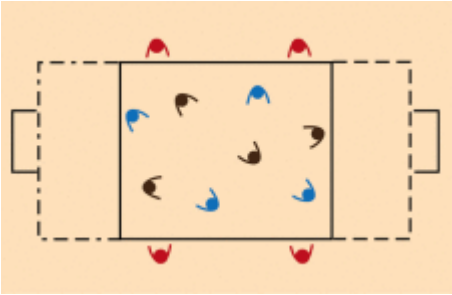
Fussball: Quattro

In diesem Spiel vier gegen vier ergeben fünf Zuspiele innerhalb des Teams einen Punkt. In dieser Übung wird das Mannschaftsspiel gefördert.



2 Gruppen à 8 Spieler. Jeweils 4 davon sind aktiv. Alle 2 Minuten wird gewechselt. Auf einem quadratischen Spielfeld (25 m × 25 m) versucht die Ball besitzende Gruppe, sich den Ball möglichst oft zuzuspielen. 5 Zuspiele ergeben einen Punkt. Nördlich und südlich des Spielfelds befinden sich je 2 neutrale Joker, welche sich der Linie entlang bewegen und ins Spiel mit einbezogen werden. Die Joker werden nicht ausgewechselt.

Variation

Westlich und östlich des Spielfelds steht im Abstand von 5m zur Spielfeldbegrenzung ein Tor mit Torhüter. Anzahl Ballkontakte für die Joker und/oder für die Spieler limitieren.

Quelle: mobilepraxis 50/2009, Reto Aebi, Bruno Truffer

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO