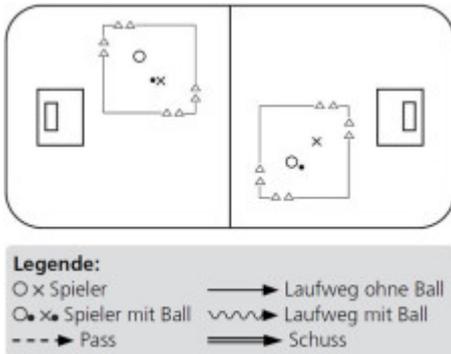


Unihockey Grossfeld – Technik: Dribblingsquadrat

In dieser Wettkampfform wird das «1:1» intensiv trainiert. Die Spieler wechseln dabei ständig die Rolle vom Angreifer zum Verteidiger.



In mehreren quadratischen Spielfeldern (ca. 8 × 8 m) mit jeweils 4 Hütchentoren wird ein 1:1 gespielt. Aufgabe des Angreifers ist es, durch eines der beiden gegenüberstehende Hütchentore zu dribbeln.

Erobert der Verteidiger den Ball, kontert er auf die Tore des Angreifers. 5 Durchgänge spielen: Welcher Spieler gewinnt mehr Duelle?

Variationen

- Es wird während 45, 60 oder 90 Sek. gespielt.
- Position der Tore verändern.

Bemerkung: Als Angreifer das Dribbling zu einem Tor antäuschen und mit einer plötzlichen Richtungsänderungen den Verteidiger ausspielen.

Materiale: Markierhüte

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