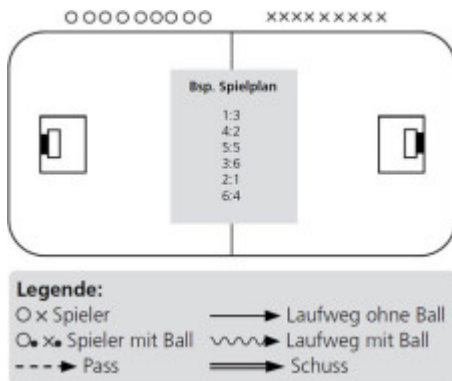


Unihockey Grossfeld – Small games: 6 bis 1

Unter- und Überzahlsituationen, Antizipation an wechselnde Spielsituationen, das Geschehen sofort erfassen und reagieren trainieren die Spieler in dieser Wettkampfform.



Alle Spieler werden in zwei Gruppen aufgeteilt, diese versammeln sich ausserhalb des Feldes. Nun folgen 6 kurze Spiele, Dauer ca. 50 Sek. Jedes Team muss jede Anzahl Spieler (von 1 bis 6) einmal einsetzen. Die Reihenfolge darf aber vom Team frei gewählt werden.

Jedes Spiel wird an- und abgepfiffen, nach einem Tor wirft der Trainer ohne Unterbruch einen neuen Ball ins Spiel. Die Tore werden weitergezählt, nach 6 Spielen steht der Sieger fest.

Variationen

- Spiel der Mannschaftsgrösse anpassbar: 4 bis 1, 5 bis 1, 7 bis 1.
- Spiellänge bis 75–90 Sek. verlängern. Unterzahl Tore zählen doppelt.

Bemerkungen

- Die Teams müssen nach der Absprache die Reihenfolge dem Trainer bekannt geben: Notieren auf Taktiktafel/Bande.
- Alle Spieler müssen vor dem Spielbeginn ausserhalb stehen und dürfen erst bei Anpfiff auf das Feld.

Quelle: [swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO