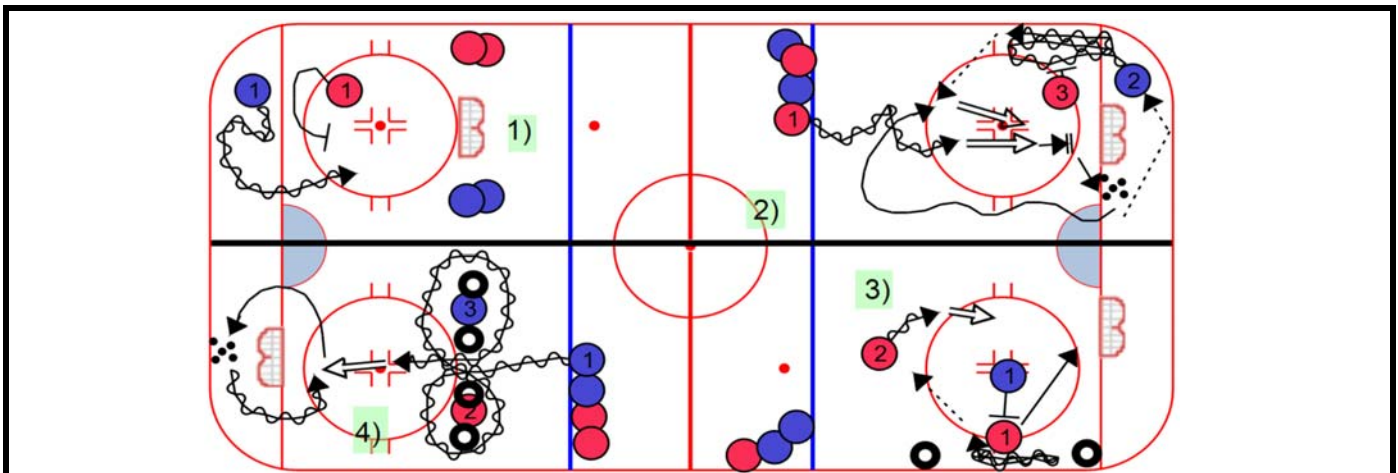
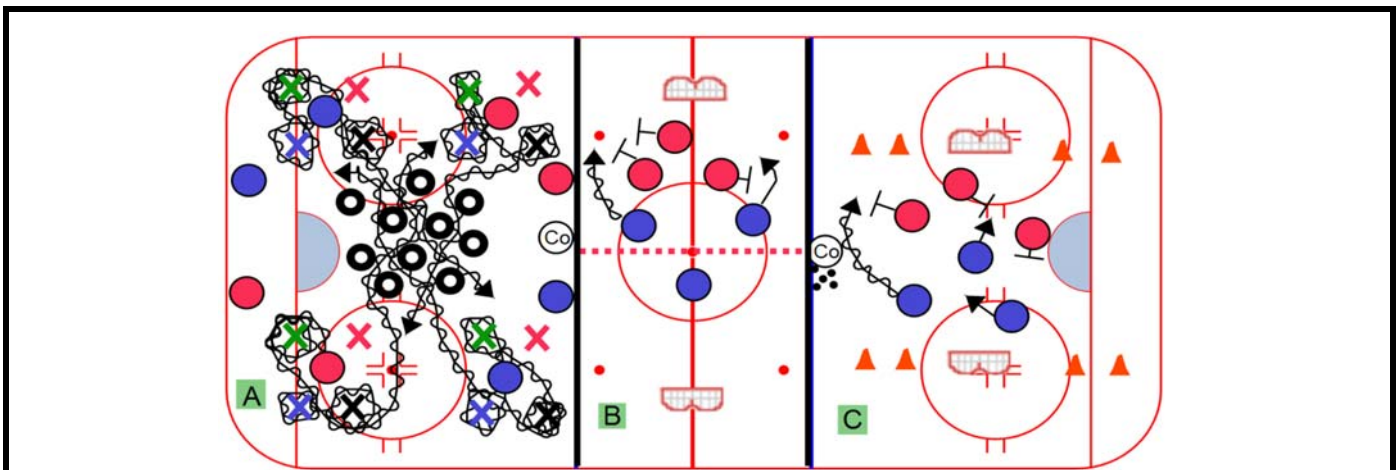


Zweikampf offensiv U13, Puck abschirmen

Stationentraining und Spielformen zum Thema Puck abschirmen



Station 1	Tag up Game: 1-1 im begrenzten Feld. Immer wenn der Puck erobert wird, muss der Spieler, bevor er das Tor angreifen kann, mit dem Puck hinter die Torlinie gelaufen sein. Coaching Punkte: Puck abschirmen und schnelle Richtungswechsel im Angriff.	Station 2	2-0 abschirmen: 1 startet mit Puck und schießt auf das Tor. Dann bremst er für den Nachschuss und passt zu 2. 2 schirmt den Puck entlang der Bande gegen 3 ab und passt dann nach einigen seitlichen Bewegungen zu 1, der sich im Slot angeboten hat. 1 wird zu 2, 2 wird zu 3.
Station 3	Abschirmen an der Bande: 1 bewegt sich zwischen den Reifen und schirmt den Puck gegen den Druck von 1 ab. Nach ca. 10-15 Sekunden versucht 1 den Mitspieler im Slot anzuspielen. Dann spielen 1+2 gegen 1 Richtung Tor. Spieler an der Bande beim Puck abschirmen Kopf oben halten um den Mitspieler für ein Zuspiel zu sehen. Spieler im Slot in Bewegung anbieten.	Station 4	1-0 abschirmen und 2. Aktion: 1 läuft eine 8 durch die Reifen. 2+3 versuchen mit dem Schläger den Puck von 1 wegzustechen. 1 muss geschickt den Puck abschirmen und schießt dann auf das Tor. Er bremst für einen Nachschuß und holt dann einen neuen Puck hinter dem Tor für einen Abschluß "wrap around".



A Puckführung Wettbewerb:	Vier Felder sind durch farbige Hütchen gekennzeichnet. In der Mitte liegen viele Pylonen oder Reifen als Hindernisse. In jedem Feld beginnt ein Spieler mit Puck. Der Trainer ruft Farben auf. Die Spieler umrunden jedes Hütchen der aufgerufenen Farben und laufen dann mit Puck durch die Hindernisse in das schräg gegenüberliegende Feld. Wer zuerst im Feld ist erhält einen Punkt.
B Kleinfeld Unterzahl:	3-3 im Kleinfeld, wobei immer ein Spieler in der eigenen Hälfte bleiben muss. Dadurch entsteht in der Angriffshälfte eine Unterzahl. Puck abschirmen, schnelle Richtungswechsel.
C Kleinfeld 3-3:	Im begrenzten Feld 3-3 spielen. Rutscht der Puck hinter die Pylonen, spielt der Trainer schnell einen neuen Puck ins Feld. Enger Raum, Puck abschirmen, freies Eis finden.