

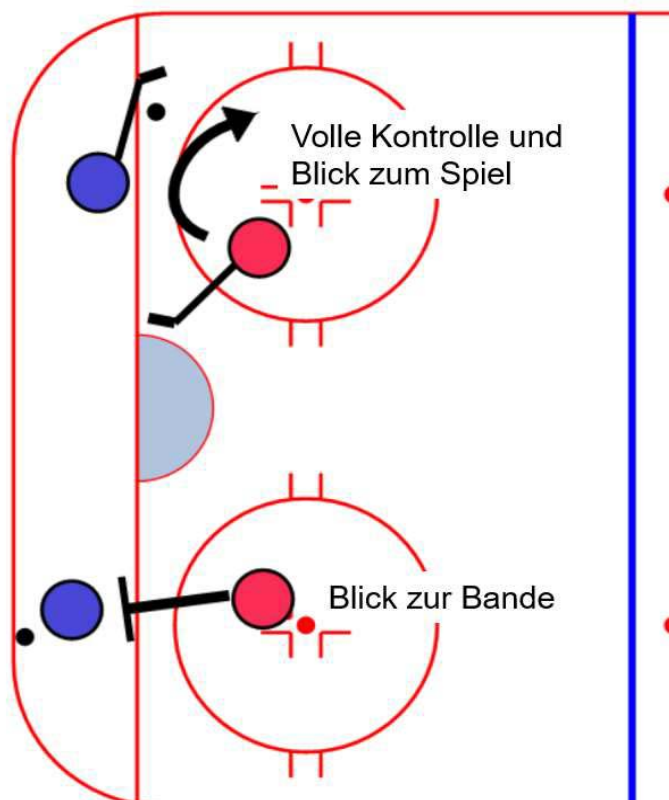
Zweikampf defensiv U15, Verhalten technisch/taktisch beim Forechecking

Forechecking F1 gegen einen Gegner mit voller Kontrolle und Blick zum Spiel:

Kontrolliert im Bogen anlaufen (in der Regel von innen nach außen). Schläger in einer Hand auf dem Eis, zunächst als optische Barriere zur Mitte halten. Den Gegner durch den Bogenlauf in die gewünschte Richtung steuern. Wenn der Abstand gering genug ist den Schläger zum Puck bringen und versuchen den Gegner vom Puck zu trennen.

Forechecking F1 gegen einen Gegner Blick zur Bande:

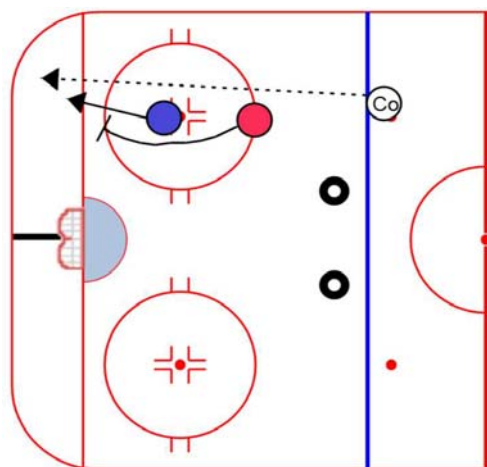
Aggressiver, nur leicht seitlich versetzt anlaufen. Den Schläger schnell zum Puck bringen und versuchen den Gegner vom Puck zu trennen. Wenn möglich mit der Schulter Druck gegen den Körper des Gegners entwickeln (Check beenden).



Coaching Punkte: Das Erkennen der Situation ist zunächst das Wichtigste. Rückennummer des Gegners sehen bedeutet die Lücke kann aggressiver geschlossen werden. Brust des Gegners bedeutet kontrolliert anlaufen und in eine Richtung steuern. Der Schläger ist das wichtigste Werkzeug, mit ihm muss gegen den Puck gearbeitet werden, erst dann kommt der Körper. Wenn der Gegner abdreht, stoppen und starten und wieder aufschließen.

Übung 1-1 Forechecking F1: (T) spielt einen Puck in die Ecke. Auf Signal starten beide Spieler. Blau versucht mit dem Puck durch die Reifen zu laufen (darf nicht hinter das Tor laufen). Rot versucht den Puck zu gewinnen und ein Tor zu schießen.

Der Trainer kann durch die Position der Spieler die Drucksituation variieren.



Coaching Punkte: Situation erkennen, passenden Druck ausüben. Mit dem Schläger zum Puck arbeiten. 1-1 Situation zu Ende spielen, eventuell zweite Scheibe vom (T).