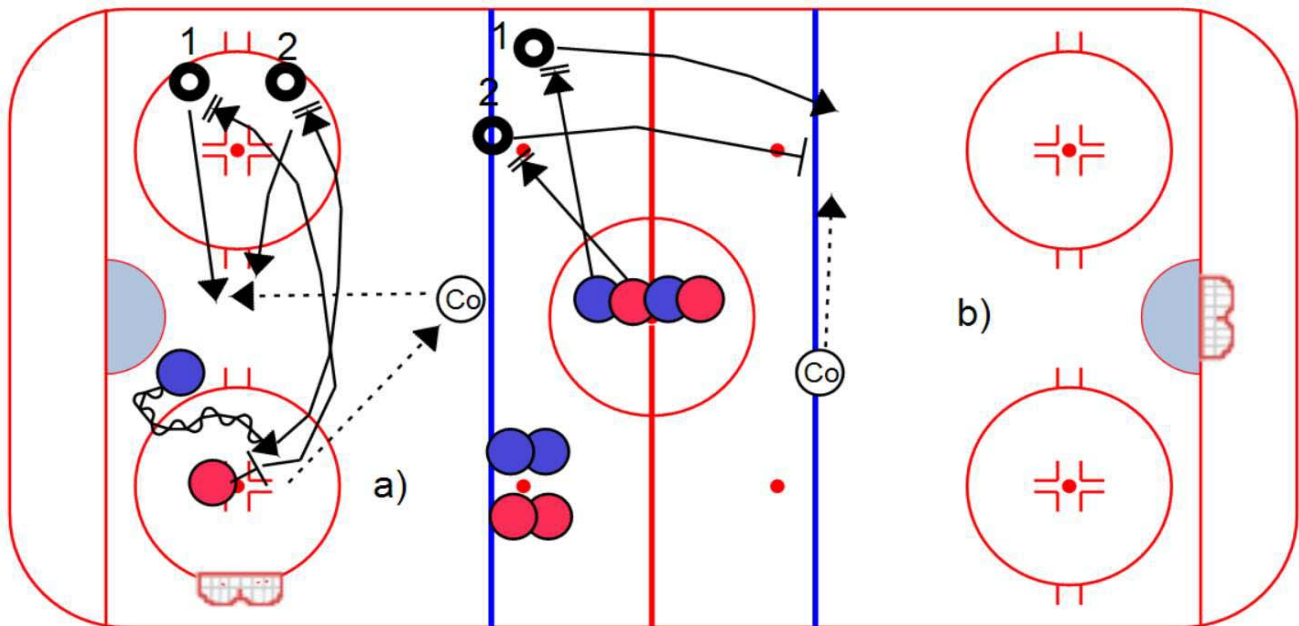


Zweikampf defensiv U15, Übungen Verhalten technisch/taktisch beim Backchecking



a) Kleinfeldspiel 1-1 Backchecking: Blau spielt gegen Rot 1-1 im Kleinfeld auf ein Tor. Wenn der Abwehrspieler den Puck gewonnen hat, wird er zum Angreifer. Er muss aber vorher zum (T) passen und dann bis zum Reifen 1 laufen, bremsen und so schnell wie möglich Richtung Tor laufen. Der Angreifer wird zum Abwehrspieler und läuft zum Reifen 2, bremst und geht in das Backchecking um den Pass vom (T) zum Gegner zu unterbinden. Der (T) versucht den Angreifer in vollem anzuspielen, auf das Tor zu schießen, oder in den Raum hinter dem Tor zu spielen. 20 bis 30 Sekunden spielen, dann wechseln. Nach dem Wechsel beginnt die Situation mit dem Backcheck, nachdem beide neuen Spieler bei den Reifen gebremst hatten.

b) Übung 1-1 Backchecking: Erster Spieler in der Reihe ist offensiv, läuft zum Reifen (1) bremst und sprintet hart Richtung Tor. Zweiter Spieler in der Reihe ist defensiv, läuft zum Reifen (2) und geht in das Backchecking. Der (T) versucht den offensiven Spieler anzupassen, auf das Tor zu schießen, oder den Puck in den Raum hinter die Torlinie zu passen. 1-1 zu Ende spielen.

Coaching Punkte: Backchecking immer hart durch die Mitte. Die Innenposition besetzen. Den Schläger in einer Hand auf dem Eis in die Passbahn. Den Gegner und den Puck im Blick haben (Kopf drehen). Backchecking geht immer zurück bis in das Haus, oder in die gefährliche Zone unmittelbar vor dem Tor.