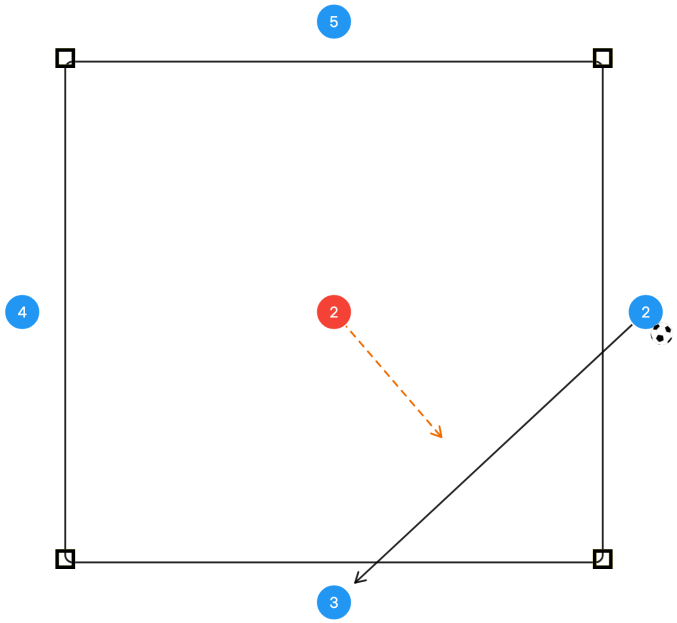
Rondo 4 gegen 1

tacticboardsoccer.com

Alter	Spieler	Feld	Dauer
Ab 6 Jahren	4 + 1	10 × 10 m	12 Minuten



Ablauf

1. Ein Außenspieler passt zu einem Mitspieler auf der Nachbarseite oder quer durch das Quadrat.
2. Der Empfänger nimmt den Ball in Richtung eines freien Mitspielers an und passt mit dem zweiten Kontakt.
3. Der Verteidiger in der Mitte läuft den Ballführenden an und versucht, den Ball zu berühren oder aus dem Quadrat zu spielen.
4. Berührt der Verteidiger den Ball oder verlässt der Ball das Quadrat, geht der Spieler mit dem Fehler in die Mitte und der Verteidiger nimmt seinen Platz ein.
5. Drei Durchgänge à 3 Minuten mit einer Minute Pause; bleibt jemand länger als eine Minute in der Mitte, wird trotzdem gewechselt.

Coachingpunkte

- Den Ball schon offen zum freien Mitspieler annehmen: Der erste Kontakt bereitet den Pass vor.
- Vor dem Ball schauen: Du musst wissen, wo der Verteidiger steht, bevor der Ball kommt.
- Scharfe, flache Pässe auf den Fuß des Mitspielers, der vom Verteidiger weiter weg ist.
- Entlang deiner Seite bewegen, damit du nie auf einer Linie mit Ballführendem und Verteidiger stehst.
- Der Spieler in der Mitte läuft im Bogen an: So schließt er eine Seite und zwingt den Pass auf die andere.

Varianten des Rondos 4 gegen 1

- Leichter. Freie Kontakte und ein Quadrat von 12 × 12 m: mehr Zeit für die Annahme. Die richtige Version für Einsteiger.
- Schwerer. Nur ein Kontakt oder ein Quadrat von 8 × 8 m: Der Ball muss laufen, bevor der Druck kommt.
- Mit Punkten. Zehn Pässe am Stück sind ein Punkt für die Außenspieler, ein Pass durch die Mitte des Quadrats zählt doppelt. Der Verteidiger zählt seine Balleroberungen.
- Weiter zum 4 gegen 2. Wird das 4 gegen 1 zu leicht, kommt ein zweiter Verteidiger dazu: der Schritt zum Rondo 5 gegen 2.

Notizen