

OBJECTIVE: - 09.03.2020

- 90 Min Eistraining 15 Off 15 Def 6 G.
- Trainer 4
- Altersklassen U11-U17
- Warm Up Kleinfeld Varianten
- Das ganze Video findet ihr, siehe Link →

SOCIAL LINKS:


 <https://www.instagram.com/tv/B9geGWvKdXp/?igshid=z37mor8mpv9u>



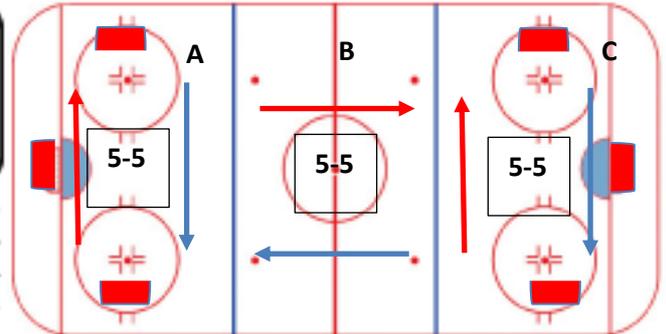
KEY POINTS:

Variante A.

- Querformat 5-5 Offensiv vs. Defensiv. Keine festen Vorgaben
- Maximal 3 Schwerpunkte: Stick on Ice, Kopf hoch, suche das freie Eis (weg vom Druck)

DRILL 1:

- Kleinfeld
- Warm Up
- Zeit: 5 Min.



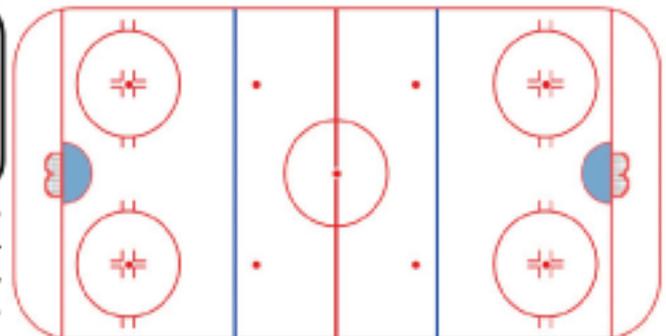
KEY POINTS:

Variante B

- Über die gesamte Eisfläche 5-5 mit Abseits. Maximal drei Schwerpunkte: Kopf hoch, beobachte den Verkehr, Kommunikation, suche und finde das freie Eis.

DRILL 2:

- Kleinfeld
- Warm Up
- Zeit: 5 Min.



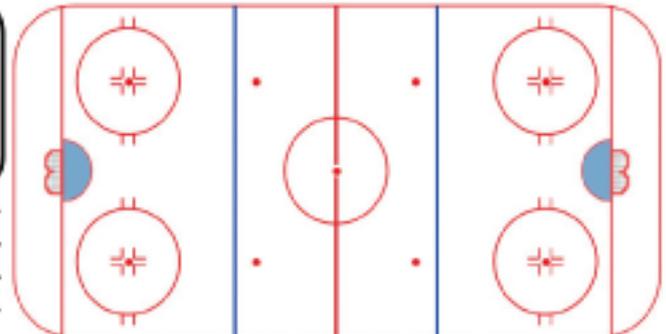
KEY POINTS:

Variante C

- Querformat 5-5. Die Defensiven dürfen nur Rückwärts, die Offensiven nur Vorwärts laufen.
- Schwerpunkte DEF: beobachte das Spiel im Rücken, ständiger Verkehr in den Endzonen. Schwerpunkte OFF: Lesen und reagieren, weg vom Druck

DRILL 3:

- Kleinfeld
- Warm Up
- Zeit: 5 Min.



KEY POINTS:

Tipp

- Die meiste Panik wird in den Endzonen entstehen. Die Spieler müssen die gesamte Eisfläche beobachten. Alle anderen Spieler werden zu lebenden Hindernissen. Panikpunkt schulen und die Kreativität reizen

DRILL 4:

-
-
-

