

Phase: Vorbereitung Vor dem Spieltag	Ziele: Technik: Schuss (Abschluss) Spielverhalten: - Abschluss - Breakouts - Cap-Control Taktik: - Transition - Backcheck
Dauer: 90' Eis (25' Arbeit mit Einzelspielern + Goalies (3) Team erscheint gestafelt (individ. Warmup) HC, Tom Renay erscheint: Training 65'	

Besonderes:

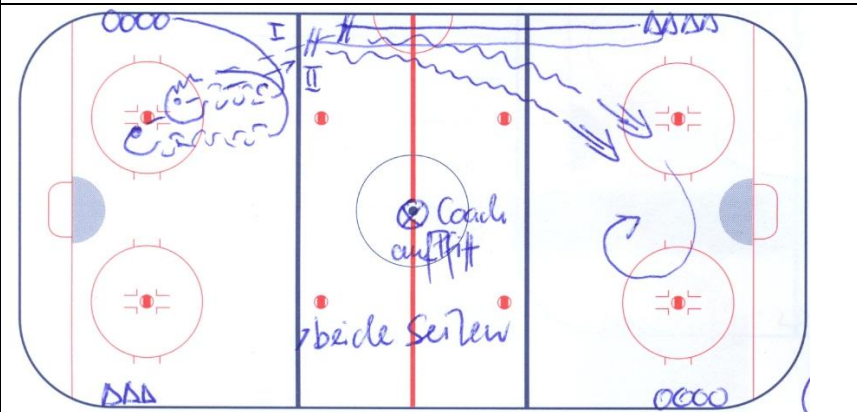
- Spass und Konzentration zur richtigen Zeit
- Immer Emotionen (high5) bei Tor
- Praktisch ganzes Training auf gleicher Organisation aufgebaut

Farben: alle V=Weiss 9St = Rot, 6 St=Blau

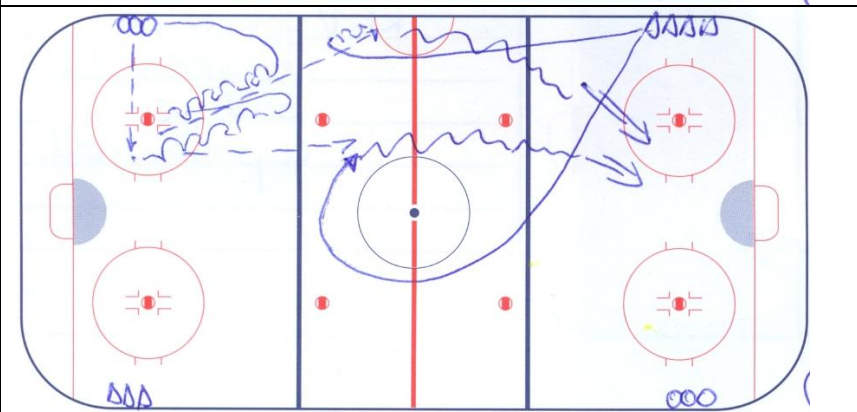
Organisation
> Keypoints

1 PP / PK abwechselnd in den Zonen
Extraspieler in der MZ
> Passing / Abschluss: PK ohne Körperspiel, jedoch viel Puckdruck

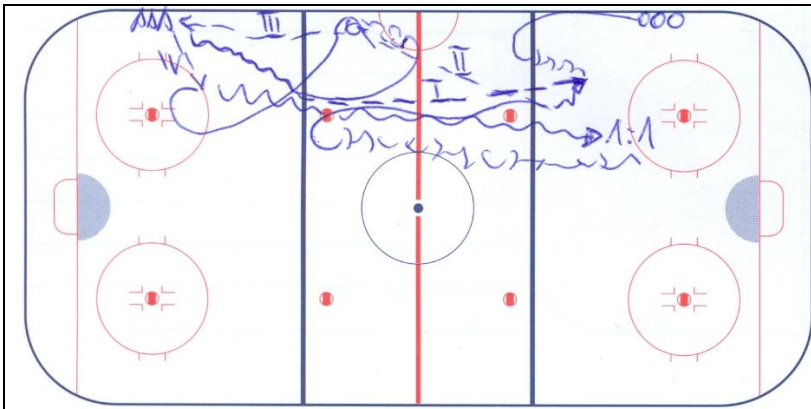
2x 1-0 (2-0) mit Turnover MZ
Start gleichzeitig auf Pfiff
KP
> St: anbieten (Stops) schnell wenden
> Abschluss aus dem Lauf (hart, präzise nachfolgen)
> V: Erster Pass, Nachfolgen



2x 1-0 (2-0): 2 versch. TO in MZ
Start der andere Seite jeweils nachdem St2 die MZ passiert hat
KP
> St: Timing für Passannahme
> Annahme mit Speed
> Schuss und Rebound



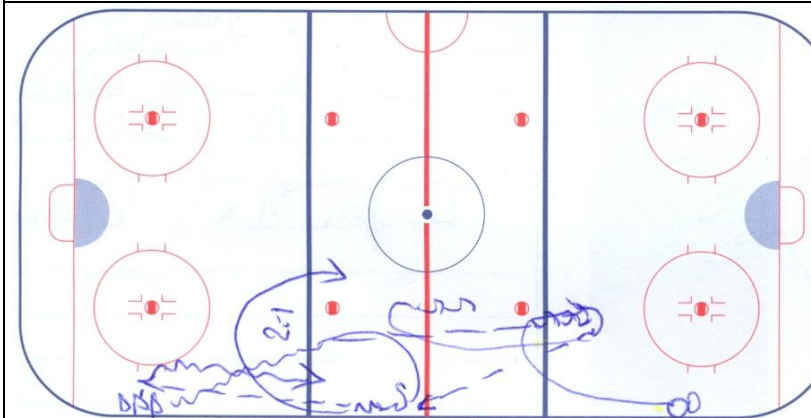
> St: Timing für Passannahme
> Annahme mit Speed
> Schuss und Rebound



④ 1-1

KP

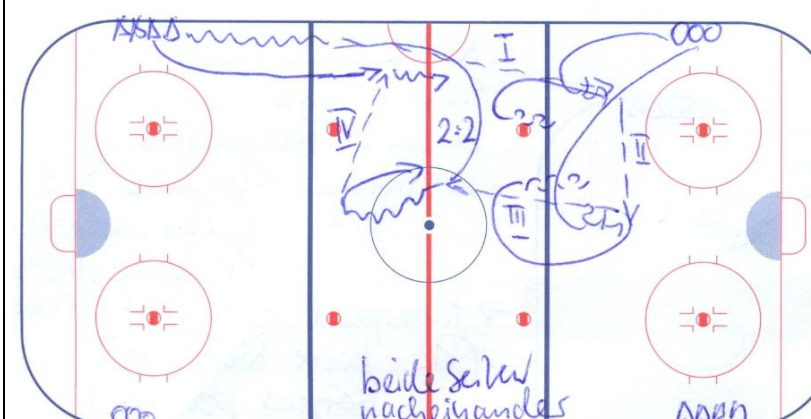
- > V: Aufschliessen (Cap), Innenseite halten
- Drehen sowohl gegen innen wie aussen (gute Distanz zum Puckträger, Inside)
- > St: Puckkontrolle, Finten unter hohem Tempo



⑤ 2-1 mit Breakout

KP

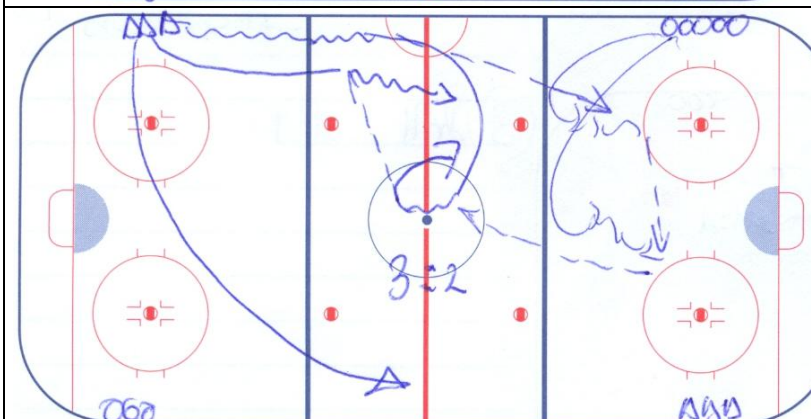
- > V: Ausschliessen, forciert den Scheibenträger ab Höhe Bullykreis (Druck auf die Scheibe)
- > St. schneller TO in der MZ
- Netdrive, Schuss als Reboundpass



⑥ 2-2 mit Breakout

KP

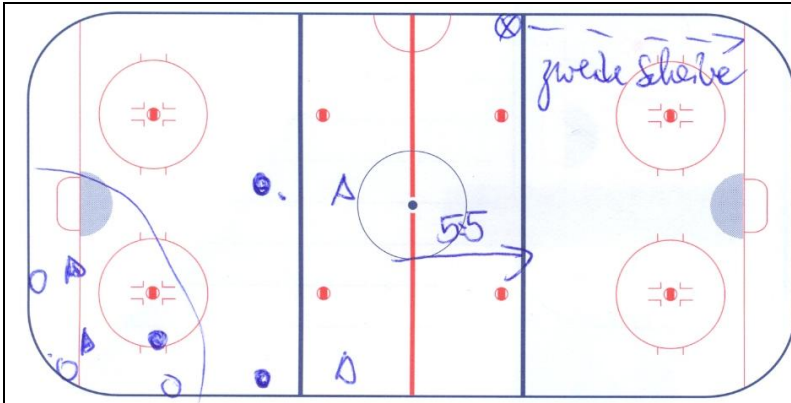
- > V: immer in Bewegung (Cap)
- > St. schneller TO in MZ, eindringen in OZ, Scheibe zum Tor



⑦ 3-2 mit Breakout

KP

- > Abschlussverhalten
- > Timing: einlaufen St1, Turnover St 2+3
- > In die OZ eindringen
- Tiefe, Netdrive, Rebound



③ 3-3 -> 5-5

3-3 10" oder Scheibengewinn

def.Team -> Pfiff

Start mit zweiter Scheibe

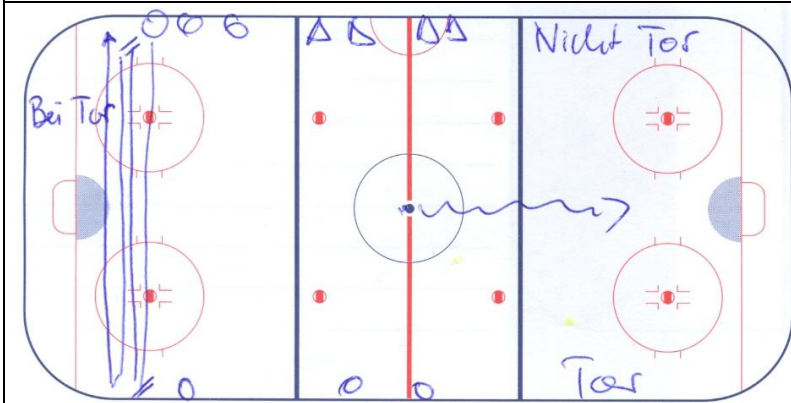
5-5 in der Zone: je 10" (inkl zweiter Scheibe des Coaches)

KP

> Spiel tief in der OZ -> ca 10"

> schnelle Transition (mit Beackcheck)

> Zuordnung in DZ bei 5-5



④ Schlusspiel: 5 Penalties

> Spieler tippen auf "Tor" / "nicht Tor"

> Wer falsch tippt, läuft, inkl dem Schützen: 4xquer