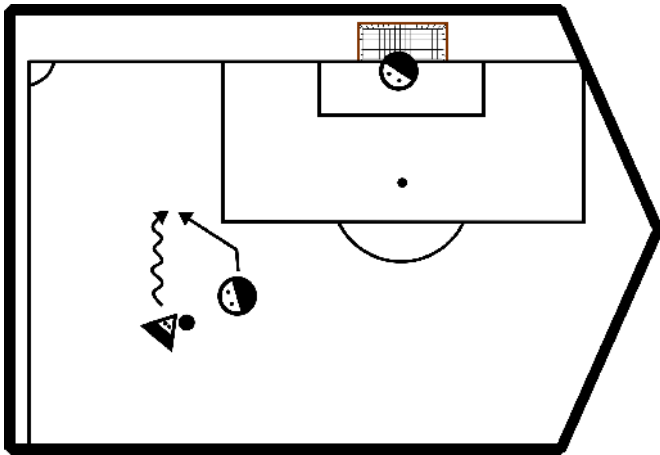
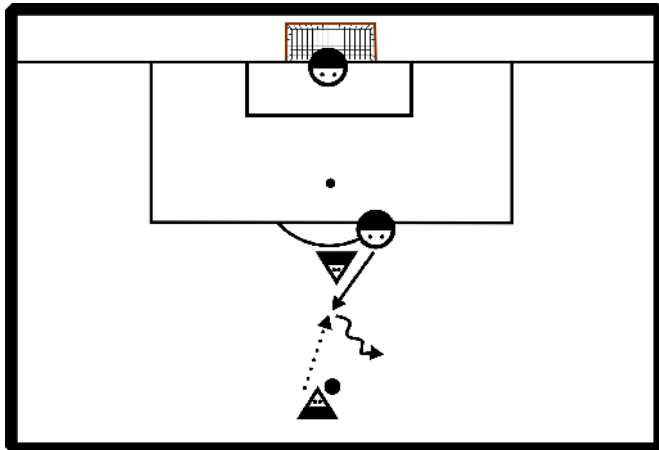
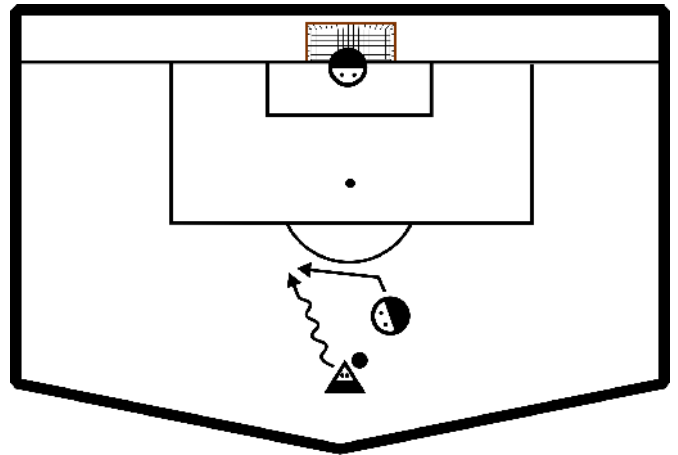


## So gewinne ich jeden Zweikampf!

**Aussenbahn:** Angreifer bis auf ca. 2 Meter entgegenstarten! Seitliche Stellung einnehmen! Den direkten Weg zum Tor verstellen! Auf den Fußballen bewegen! Nur auf den Ball konzentrieren! Eventuell Scheinangriffe anwenden! Die Aussenbahn zum Durchbruch anbieten! Beim Durchbruch (Angreifer legt sich den Ball vor) Körper zwischen Ball und Angreifer schieben!



**Zentral:** Angreifer bis auf ca. 2 Meter entgegenstarten! Schussbein des Gegners erkennen (meist Dribbelfuß)! Seitliche Stellung einnehmen! Abstand zum Angreifer halten! Nur auf den Ball konzentrieren! Die Seite des „schwachen Fuß“ des Angreifers zum Durchbruch anbieten! Beim Durchbruchversuch den Ball von der Seite klären!



**Angreifer wird angespielt:** Seitlich versetzt hinter dem Angreifer stehen! Angreifer und Zuspieler genau beobachten! Beim Zuspiel versuchen den Ball abzufangen! Sollte man erkennen, dass dies nicht gelingt, sofort den Versuch der Balleroberung abbrechen und wieder hinter dem Angreifer postieren. Jetzt gleiches Handeln wie im „Rücken des Angreifers“!

**Im Rücken des Angreifers:** Den Angreifer möglichst eng decken, jedoch ohne Körperkontakt! Nur auf den Ball konzentrieren! Erst den Ball attackieren, wenn sich der Angreifer zum Tor dreht und man den Ball sicher klären kann.

