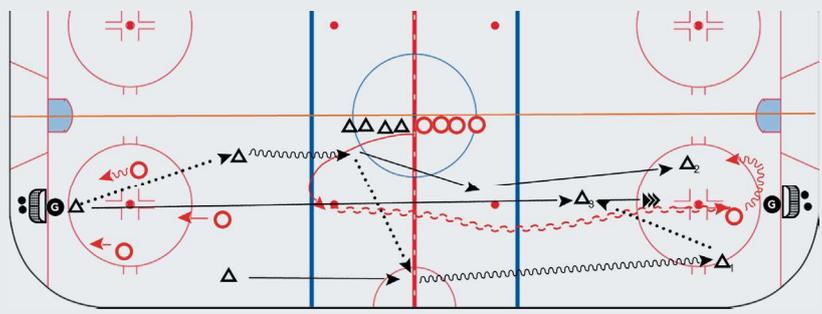


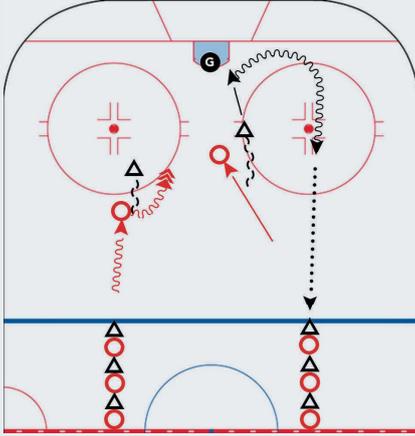
# NACH DER PUCKEROBERUNG ENTSCHLOSSEN ANGREIFEN

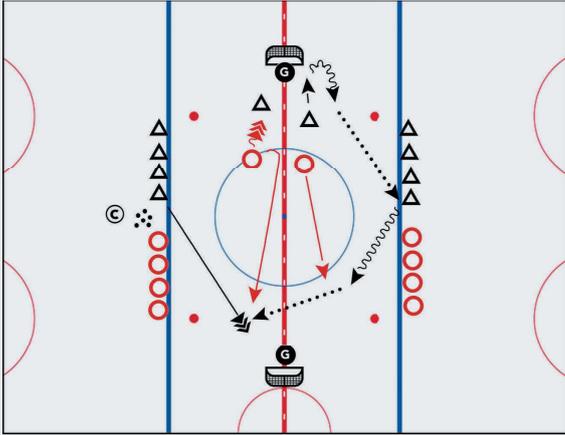


Online-Kurs «Switch Quick»

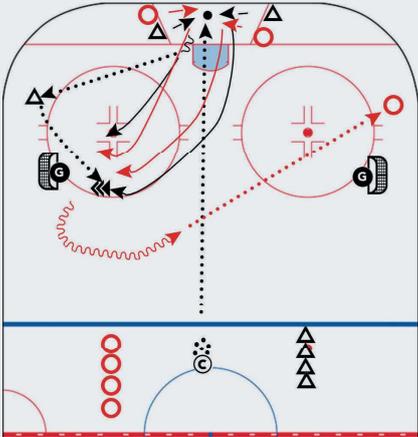
Erobern die Spielerinnen oder Spieler den Puck zurück – egal in welcher Zone –, greifen sie umgehend an und versuchen, ein Tor zu schiessen. Nach dem Puckverlust ist das gegnerische Team oft desorganisiert und ausser Position, was es auszunutzen gilt. Die Mitspielerinnen oder -spieler ohne Puck (Support, Triangle, Distance) öffnen Räume für die Puckführerin oder den Puckführer. Das schaffen sie, indem sie sich geschickt freilaufen und anbieten beziehungsweise Gegenspielerinnen oder -spieler an sich binden. Damit ein schnelles Umschalten von Defensive (Ampel rot) auf Offensive (Ampel grün) erfolgreich ist, müssen die vier Rollen greifen. Der/die Puckführer/in (P) muss sich schnell vom Gegenspieler / von der Gegenspielerin lösen und freien Raum suchen. Der/die Mitspieler/in (S) läuft sich frei, ist anspielbar und unterstützt P. Mitspieler/in T bildet das Angriffsdreieck und Mitspieler/in D öffnet das Spiel in die Tiefe oder ist anspielbar im hohen Slot.

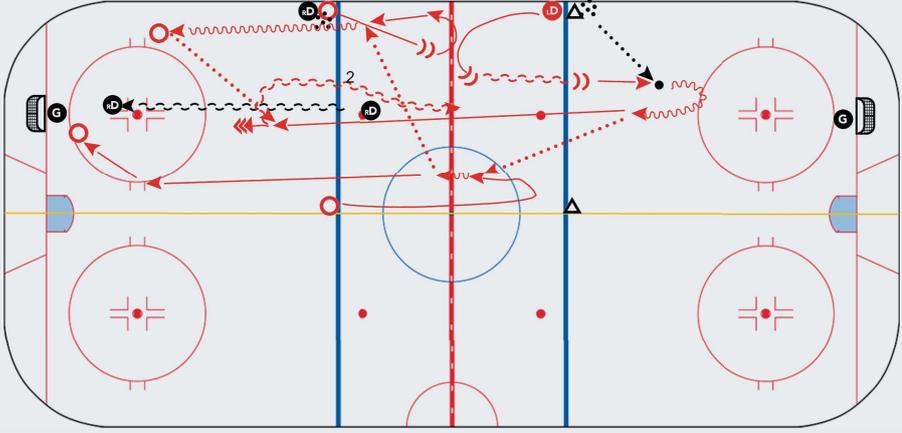
<b>2/3:1 HALF ICE ONE-PUCK-DRILL</b>	
<b>Ziel</b>	Nach dem Puckgewinn leitet der/die Verteidiger/in umgehend den Angriff ein, während die offensiven Spieler/innen den Passweg für den/die Puckführer/in (P) öffnen, indem sie sich gezielt freilaufen.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sich nach dem Puckgewinn schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und vorwärtsspielen</li> <li>Head up und die Spielsituation lesen</li> <li>Miteinander kommunizieren</li> <li>Verteidiger/innen folgen dem Angriff und suchen den Abschluss</li> <li>Pucknahe/r Spieler/in (S) unterstützt den/in Puckführer/in; der/die andere (T) bildet das Dreieck</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="margin-bottom: 10px;">  <p>Nach dem Puckgewinn passt der/die verteidigende Spieler/in raschestmöglich seinen/ihren beiden freien Angreifer/innen im hohen Slot. Gleichzeitig positioniert sich der/die Gegner/in zwischen der blauen und der roten Linie, um sein/ihr Tor zu verteidigen. Die Stürmer/innen greifen 2:1 an, während der/die nachrückende Verteidiger/in den Angriff unterstützt und eine 3:1 Spielsituation kreiert. Bei Puckverlust reagiert das gegnerische Team gleich. Bei einem Tor spielt der/die verteidigende Spieler/in einen Puck hinter das Tor (Depot) zu den Stürmer/innen.</p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> <li>Verteidiger/in mit Puckkontrolle nicht angreifen</li> </ul> </div> <div>  <ul style="list-style-type: none"> <li>3:2 Full Ice</li> </ul> </div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie findest du nach dem Puckgewinn jemanden zum Anspielen?</li> <li>Wie kannst du dich in den Abschluss integrieren?</li> <li>Wie kannst du den/die Puckführer/in unterstützen?</li> </ul>
<b>Videos</b>	 <p>Trainingsform</p>

<b>2:2-TRANSITION IN 1 DRITTEL</b>	
<b>Ziel</b>	Die defensiven Spieler/innen leiten nach dem Puckgewinn umgehend den Angriff ein. Die offensiven Spieler/innen greifen nach dem Puckerhalt entschlossen an und nutzen die desorganisierte Situation des Gegners / der Gegnerin aus.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nach dem Puckgewinn sich schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und vorwärtsspielen</li> <li>Head up</li> <li>Nach dem Puckerhalt sofort Druck zum Tor erzeugen und den Abschluss suchen</li> <li>Kommunikation</li> <li>Bei Transition den Raum schliessen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="margin-bottom: 10px;">  <p>2 rote Spieler/innen greifen das Tor an. Die beiden schwarzen Spieler/innen versuchen, dies zu verhindern und den Puck zu erobern. Sobald sie den Puck erobert haben, spielen sie die eigenen Mitspieler/innen auf der blauen Linie an und verlassen das Spiel. Diese greifen nun an. Die roten Spieler/innen, nehmen nach dem Puckverlust sofort die Rolle der Verteidiger/innen ein. Gibt es ein Tor oder verlässt der Puck das Spielfeld, gibst du einen neuen Puck ins Spiel.</p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> <li>Sobald der/die Verteidiger/in den Puck unter Kontrolle hat, dürfen ihn/sie die Gegner/innen nicht mehr angreifen.</li> <li>Zuerst Pass von Stürmer/in zu Stürmer/in, dann angreifen.</li> </ul> </div> <div>  <ul style="list-style-type: none"> <li>3:3 in einer Hälfte. Die wartenden Spieler/innen sind hinter der Mittellinie aufgestellt. Sie dürfen erst nach Überqueren der blauen Linie angespielt werden.</li> <li>Wechselspieler/innen können auch im Drittel aufgestellt sein.</li> </ul> </div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, dich nach dem Puckgewinn vom Gegner / von der Gegnerin zu lösen und eine Anspielstation zu finden?</li> <li>Ist es dir gelungen, nach Puckerhalt die freien Räume zu nutzen und gemeinsam mit dem/der Mitspieler/in Torchancen zu kreieren?</li> </ul>
<b>Videos</b>	 <span style="margin-left: 10px;">Trainingsform</span>

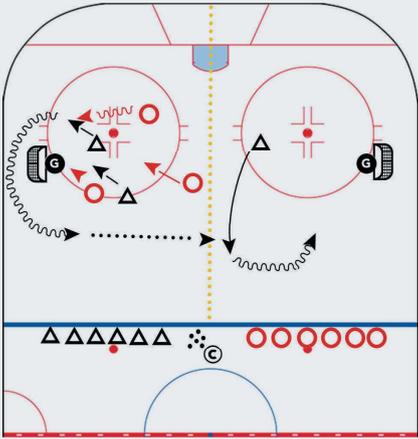
<b>2:2-TRANSITION-GAME</b>	
<b>Ziel</b>	Die verteidigenden Spieler/innen leiten nach dem Puckgewinn umgehend den Angriff ein. Die offensiven Spieler/innen greifen nach dem Puckerhalt entschlossen an und nutzen die freien Räume effizient aus.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sich nach dem Puckgewinn schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und vorwärtsspielen</li> <li>Head up und die Spielsituation lesen</li> <li>Nach dem Puckerhalt sofort Druck zum Tor erzeugen und den Abschluss suchen</li> <li>Kommunikation mit den Mitspielern/Mitspielerinnen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="margin-bottom: 10px;">  <p>2:2 in der neutralen Zone. Das angreifende rote Team versucht, ein Tor zu erzielen. Das verteidigende schwarze Team will dies verhindern und den Puck zurückerobern. Gelingt das dem schwarzen Team, spielt es seine Teamkolleg/innen an der blauen Linie an und Schwarz geht aus dem Spiel. Die neu ins Spiel gekommenen schwarzen Spieler/innen greifen sofort an. Die roten Feldspieler/innen laufen schnell zurück und versuchen ihrerseits, den Puck zurückzugewinnen. Gibt es ein Tor oder verlässt der Puck das Spielfeld, gibst du einen neuen.</p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> <li>Sobald der/die Verteidiger/in den Puck unter Kontrolle hat, dürfen die Gegner/innen nicht mehr angreifen</li> </ul> </div> <div>  <ul style="list-style-type: none"> <li>Gewinnt das verteidigende Team den Puck, spielt es seine Teamkolleg/innen an der blauen Linie an. Drauf verlassen alle Spieler/innen das Feld und für jedes Team kommen je 2 neue Spieler/innen ins Spiel.</li> </ul> </div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, dich nach dem Puckgewinn vom Gegner / von der Gegnerin zu lösen und jemanden zum Anspielen zu finden?</li> <li>Wie ist es dir gelungen, nach dem Puckerhalt die freien Räume zu nutzen und zusammen mit dem/der Mitspieler/in Torchancen zu kreieren?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <span>Trainingsform</span> </div>

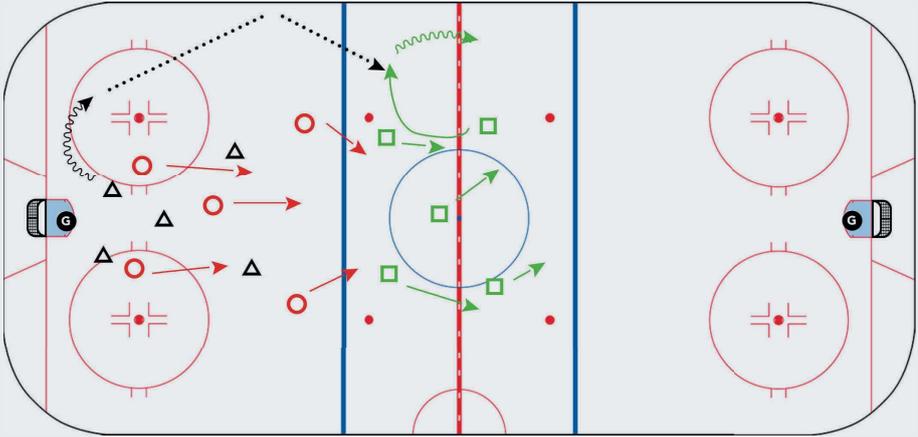
<b>2:2/3:3 OZ AUS DER ECKE</b>	
<b>Ziel</b>	Die Spieler/innen lösen sich nach der Puckeroberung mit explosivem und raumschaffendem Skating vom Gegner / von der Gegnerin und attackieren das Tor.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nach dem Puckgewinn schnell den Abschluss suchen</li> <li>Der/die offensive Mitspieler/in (S) läuft sich frei und ist bereit für den Rebound</li> <li>Der/die offensive Mitspieler/in (T) läuft sich frei, indem er/sie das Dreieck bildet</li> <li>Tore schießen</li> <li>Kommunikation</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<p>● ● ●</p> <p>Bei den Bullypunkten und bei dir steht jeweils ein/e Spieler/in pro Team. Du spielst einen Puck in die Ecke. Sobald dieser die Bande berührt, beginnt das Duell um den Puck. Wer aus der Ecke in Puckbesitz kommt, spielt offensiv. Sobald der/die Spieler/in mit dem Puck aus der Ecke kommt, gibst du ein Signal und die beiden Spieler/innen neben dir schalten sich in der Rolle, in der sich ihr Team befindet, ins Spiel ein. Ist die erste Aktion beendet, gibst du einen Puck in die andere Ecke. Sobald dieser die Bande berührt, beginnt das Duell um den Puck. Wer aus der Ecke in Puckbesitz kommt, spielt offensiv mit den beiden Mitspielern/Mitspielerinnen und gegen die Gegner/innen der ersten Aktion. Gewinnt das defensive Team den Puck, spielt es ihn zu dir.</p> <p>● ● ●</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Defensive und offensive Rolle vor dem Übungsstart bestimmen</li> </ul> <p>● ● ●</p> <p>–</p>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, mit dem Puck aus dem Zweikampf zu kommen?</li> <li>Was hast du unternommen, um gefährliche Abschlussmöglichkeiten zu kreieren?</li> <li>Wie habt ihr euch zu dritt positioniert, um im Abschluss möglichst erfolgreich zu sein?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<span style="vertical-align: middle;">Trainingsform</span>

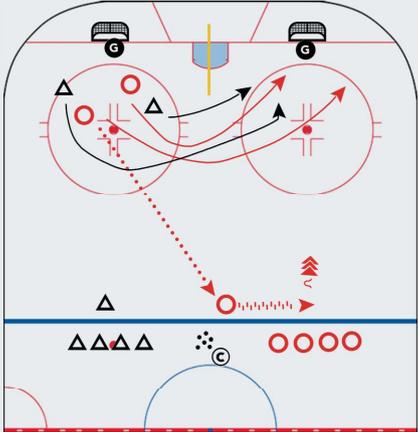
<b>2:2-BATTLE + JOKER</b>	
<b>Ziel</b>	Die Spieler/innen lösen sich nach der Puckeroberung mit explosivem und raumschaffendem Skating vom Gegner / von der Gegnerin und attackieren das Tor.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nach dem Puckgewinn sich schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und angreifen</li> <li>Schnell den Abschluss suchen</li> <li>Tore schießen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<p>  </p> <p>Je ein/e Spieler/in pro Team stellt sich auf jede Seite beim Trapez hin. Zudem hat jedes Team einen offensiven Joker, welcher nur passen darf. Du schiesst einen Puck in die Torhüterzone. Sobald dieser die Bande berührt, ist das Spiel eröffnet. Gibt es ein Tor oder verlässt der Puck das Spielfeld, gibst du einen neuen Puck in die Torhüterzone. Nach 1 Minute pfeifst du für den Wechsel.</p> <p>  </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Für den Start des Spiels den Puckbesitz festlegen</li> </ul> <p>  </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Der Joker darf den Puck nur 2 Sekunden lang besitzen und muss dann wieder abspielen.</li> </ul>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, mit dem Puck aus dem Zweikampf zu kommen?</li> <li>Was hast du unternommen, um gefährliche Abschlussmöglichkeiten zu kreieren?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <p>Trainingsform</p> </div>

<b>2/3:1-REGROUP HALF ICE</b>	
<b>Ziel</b>	Der/die Verteidiger/in leitet nach dem Puckgewinn umgehend den Angriff ein und schaltet sich in das offensive Spiel mit ein. Die offensiven Spieler/innen öffnen durch gezieltes Freilaufen den Passweg für den/die Mitspieler/in (P) mit Puck.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Head up</li> <li>Verteidiger/in nach Puckbesitz soll schnell drehen und vorwärtsspielen</li> <li>Die Teammitglieder müssen miteinander kommunizieren</li> <li>Verteidiger/in soll sofort dem Angriff folgen und mit in den Abschluss gehen</li> <li>Der/die pucknahe Spieler/in (S) gibt dem/der Puckführer/in sofort Unterstützung; der/die andere Spieler/in (T) bildet das Dreieck</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="margin-bottom: 10px;">  <p>Der/die rote Verteidiger/in startet vorwärts zur roten Linie, dreht auf rückwärts, fährt bis zur blauen Linie, dreht wieder auf vorwärts und übernimmt den Puck. Dann macht er/sie einen Bogen und spielt einen seiner Mitspieler / eine ihrer Mitspielerinnen an, welche von der anderen blauen Linie aus gestartet sind. Gemeinsam fahren sie ein 2:1 gegen den/die schwarze/n Verteidiger/in. Der/die rote Verteidiger/in folgt dem Spiel und kreiert so ein 3:1. Nach dem Abschluss pfeifst du und dasselbe beginnt von neuem mit den schwarzen Spielern/Spielerinnen. Der/die rote Verteidiger/in bleibt und verteidigt sein/ihr Tor.</p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> <li>Der/die defensive Verteidiger/in darf erst in der eigenen defensiven Zone eingreifen</li> </ul> </div> <div>  <ul style="list-style-type: none"> <li>Ein/e gegnerische/r Spieler/in setzt den/die Verteidiger/in beim Spielaufbau unter Druck</li> <li>Du spielst nach dem ersten Abschluss (nach dem Pfiff) einen zweiten Puck dem offensiven Team 2 zu und die beiden Stürmer/innen greifen nochmals in einem 2:1 dasselbe Tor an.</li> </ul> </div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, nach dem Puckgewinn eine Anspielstation zu finden?</li> <li>Wie konntest du dich in den Abschluss mit einbinden?</li> <li>Wie konntest du den/die Puckführer/in unterstützen?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <p>Trainingsform</p> </div>

<b>3:3 QUER MIT RUGBYREGEL</b>	
<b>Ziel</b>	Die Spieler/innen greifen in Puckbesitz sofort mit raumgewinnendem Skating an. Die offensiven Spieler/innen nehmen den Situationsdruck des Puckführers / der Puckführerin wahr und bieten sich als Passoption an.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>In Puckbesitz sofort Raum noch vorne gewinnen</li> <li>Offensive Mitspieler/innen sollen nicht einfach vorne warten, sondern sich hinter dem/der Puckführer/in freilaufen</li> <li>Abschlüsse suchen und auch auf die Rebounds gehen</li> <li>Kommunikation mit den Mitspielern/Mitspielerinnen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div> <p>3:3 in einem Drittel auf 2 Tore. Pässe dürfen nur nach hinten gespielt werden. Mit dem Puck nach vorne zu fahren oder zu schiessen, ist erlaubt. Gibt es ein Tor oder verlässt der Puck das Spielfeld, gibst du einen neuen Puck in die Torhüterzone. Nach 1 Minute pfeifst du für den Wechsel.</p> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spielfeld vergrößern</li> <li>4:4</li> </ul> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spielfeld verkleinern</li> </ul> </div> </div> </div></div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, in Puckbesitz schnell Raum zu gewinnen?</li> <li>Wie haben dich die Mitspieler/innen unterstützt?</li> <li>Wie hast du den/die Puckführer/in unterstützt?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <p>Trainingsform</p> </div> </div>

<b>3:2-SPIEL IN EINEM DRITTEL</b>	
<b>Ziel</b>	Das verteidigende Team leitet nach dem Puckgewinn umgehend den Angriff ein. Die offensiven Spieler/innen greifen nach dem Puckerhalt entschlossen an und nutzen die freien Räume effizient aus.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sich nach dem Puckgewinn schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und vorwärtsspielen</li> <li>Head up</li> <li>Nach dem Puckerhalt sofort Druck zum Tor erzeugen und den Abschluss suchen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div> <p>Gespielt wird in einem Drittel 3:3 quer. In der eigenen Hälfte dürfen nur zwei Spieler/innen verteidigen. Ergo befindet sich immer ein/e Spieler/in in der offensiven Hälfte. Gewinnt das verteidigende Team dem Puck, soll es raschestmöglich den/die Spieler/in in der offensiven Hälfte anspielen und mit in den Angriff gehen. Die hintersten beiden Gegner/innen laufen sofort zurück und der/die dritte bleibt in der offensiven Hälfte. Gibt es ein Tor oder verlässt der Puck das Spielfeld, gibst du einen neuen Puck in die Torhüterzone. Nach 1 Minute pfeifst du für den Wechsel.</p> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div> <ul style="list-style-type: none"> <li>2:2/1 spielen</li> </ul> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div> <ul style="list-style-type: none"> <li>Art des Passes an den/die Spieler/in in der offensiven Hälfte festlegen, z. B. nur Backhand</li> </ul> </div> </div> </div></div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, dich nach dem Puckgewinn vom Gegner / von der Gegnerin zu lösen und jemanden zum Anspielen zu finden?</li> <li>Wie ist es dir gelungen, nach dem Puckerhalt die freien Räume zu nutzen und zusammen mit dem/der Mitspieler/in Torchancen zu kreieren?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <p>Trainingsform</p> </div>

<b>5:5/5:0 UND BACKCHECKING</b>	
<b>Ziel</b>	Das verteidigende Team leitet nach dem Puckgewinn umgehend den Angriff ein. Die offensiven Spieler/innen greifen nach dem Puckerhalt entschlossen an und nutzen die freien Räume effizient aus.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sich nach dem Puckgewinn schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und vorwärtsspielen</li> <li>Head up und die Spielsituation lesen</li> <li>Nach dem Puckerhalt sofort Druck zum Tor erzeugen und den Abschluss suchen</li> <li>Kommunikation mit den Mitspielern/Mitspielerinnen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<div style="margin-bottom: 10px;">  <p>Das Team Rot greift an und versucht, ein Tor zu erzielen. Gewinnt das schwarze Team den Puck, so versucht es raschestmöglich eine/n Spieler/in des grünen Teams in der neutralen Zone anzuspielen. Gelingt dies, greift das grüne Team an. Das rote Team läuft schnell zurück und versucht, den Puck wieder zurückzugewinnen. Gelingt dies, versuchen sie ebenfalls, das Team in der Mittelzone – Schwarz – anzuspielen. Bei 20 Spielern/Spielerinnen kann es ein weiteres Team Blau geben. Gibt es ein Tor, gibst du einen neuen Puck.</p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <ul style="list-style-type: none"> <li>Das defensive Team darf bei Puckbesitz nicht im Spielaufbau gestört werden</li> <li>3:3 Im Half Ice</li> </ul> </div> <div>  <ul style="list-style-type: none"> <li>Nur eine/n bestimmte/n Spieler/in in der Mittelzone anspielen</li> </ul> </div>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wie ist es dir gelungen, dich nach dem Puckgewinn vom Gegner / von der Gegnerin zu lösen und jemanden zum Anspielen zu finden?</li> <li>Wie ist es dir gelungen, nach dem Puckerhalt die freien Räume zu nutzen und zusammen mit dem/der Mitspieler/in Torchancen zu kreieren?</li> </ul>
<b>Videos</b>	 <p>Trainingsform</p>

<b>2:2 IM HALBEN DRITTEL MIT JOKER</b>	
<b>Ziel</b>	Die verteidigenden Spieler/innen leiten nach dem Puckgewinn umgehend den Angriff ein, nutzen die freien Räume effizient aus und greifen entschlossen an.
<b>Teachingpoints</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nach dem Puckgewinn sich schnell vom Gegner / von der Gegnerin lösen und den/die Verteidiger/in anspielen</li> <li>• Head up</li> <li>• Sofort Druck zum Tor erzeugen und in Abschlussposition gehen</li> <li>• Verteidiger/in muss die Mitte suchen</li> </ul>
<b>Erklärung</b>	<p>                        Spiel 2:2 in einem halben Drittel. Sobald Team Rot den Puck gewonnen hat, müssen die Spieler/innen schnell ihre/n Verteidiger/in auf der blauen Linie anspielen und das andere Tor attackieren. Der/die Verteidiger/in an der blauen Linie darf sich bis zum Bullykreis bewegen und darf nur schießen. Team Schwarz verteidigt nun und versucht, den Puck wiederzugewinnen. Gibt es ein Tor oder verlässt der Puck das Spielfeld, gibst du einen neuen Puck in die Torhüterzone. Nach 45 Sekunden pfeifst du für den Wechsel.                 </p> <p>                        • Je 2 Spieler/innen beider Teams sind bereits auf der anderen Seite positioniert                 </p> <p>                        • Der Joker steht nicht nur statisch an der blauen Linie, sondern bewegt sich in der anderen Spielhälfte                 </p>
<b>Skizze</b>	
<b>Entwicklungsfragen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie ist es dir gelungen, dich nach dem Puckgewinn vom Gegner / von der Gegnerin zu lösen und eine Anspielstation zu finden?</li> <li>• Was hast du unternommen, um in eine gefährliche Abschlussposition zu kommen?</li> </ul>
<b>Videos</b>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <span>Trainingsform</span> </div>