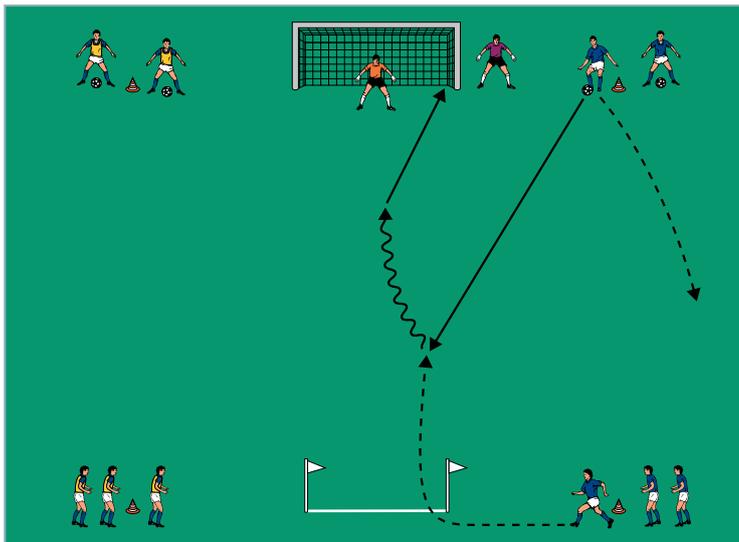


# HAUPTTEIL 1: Stangentor und Torschuss

von Klaus Pabst (03.05.2016)



## Organisation

- 20 Meter vor einem Tor ein 2 Meter breites Stangentor aufstellen
- Auf jeder Seite neben dem Stangentor sowie neben dem Tor jeweils ein Starthütchen markieren
- 2 Teams mit Torhütern einteilen
- Die Spieler jedes Teams ohne Ball an einem Starthütchen neben dem Stangentor und mit Ball an einem Starthütchen neben dem Tor postieren

## Ablauf

- Der erste Spieler ohne Ball durchläuft das Stangentor, fordert ein Zuspiel vom Mitspieler am Starthütchen neben dem Tor, nimmt an und mit und schießt.
- Sobald er abgeschlossen hat, startet der erste Spieler des anderen Teams.
- Positions- und Aufgabenwechsel der Spieler innerhalb der Teams nach jedem Durchgang.
- Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

## Variationen

- Die Spieler jedes Teams an zwei Starthütchen diagonal gegenüber postieren.
- Aus der Hand hoch zuwerfen.
- Aus der Hand per Volleyschuss hoch zuspelen.
- Eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.

## Tipps und Korrekturen

- Die Torhüter beider Teams wechseln nach jedem Torschuss und agieren stets gegen den gegnerischen Spieler.
- Den zugespielten Ball stets an- und mitnehmen und frühestens mit dem zweiten Ballkontakt abschließen.
- Die Torhüter beider Teams regelmäßig wechseln.