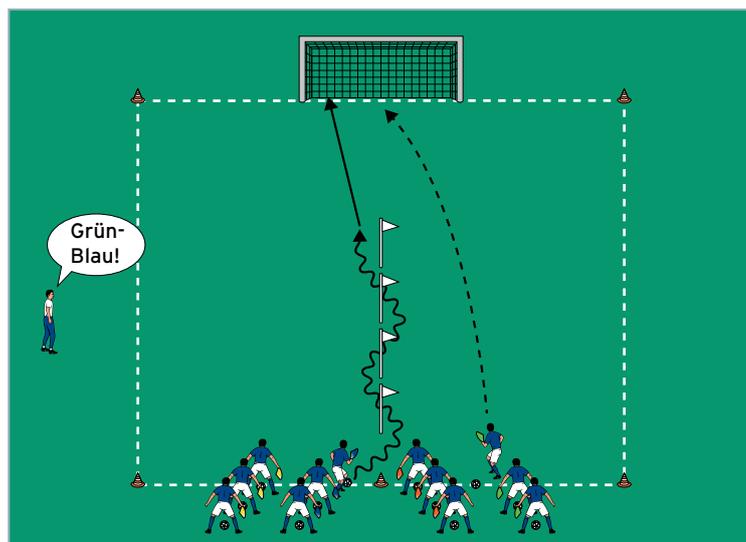


HAUPTTEIL 1: Kappen-Schießen

von Klaus Pabst (26.07.2016)



Organisation

- 15 Meter mittig vor einem Tor mit 4 Stangen einen Slalom markieren
- 5 Meter hinter dem Slalom 4 Starthütchen nebeneinander aufstellen
- Hütchenkappen mit vier verschiedenen Farben an die Spieler verteilen und die Spieler mit gleichfarbigen Hütchenkappen an jeweils einem Starthütchen mit Bällen postieren

Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er zwei Farben aufruft.
- Der erste Spieler mit einer Hütchenkappe der zuerst genannten Farbe läuft gerade zum Tor und wird Torhüter.
- Der erste Spieler mit einer Hütchenkappe der zuletzt genannten Farbe durchdribbelt den Slalom und schießt.
- Welcher Spieler erzielt zuerst 5 Treffer?

Variationen

- Nur mit rechts/links dribbeln und schießen.
- Auch der Torhüter durchläuft den Slalom.
- Der Spieler mit einer Hütchenkappe der zuerst genannten Farbe durchdribbelt den Slalom und der Spieler mit einer Hütchenkappe der zuletzt genannten Farbe wird Torhüter.

Tipps und Korrekturen

- Jeden Spieler ungefähr gleich oft schießen und als Torhüter agieren lassen.
- Die aufgerufenen Spieler lassen die Hütchenkappe am Starthütchen liegen.
- Die Farben der jeweiligen Hütchenkappen zeitverzögert aufrufen und so dem Torhüter oder dem Torschützen mehr Zeit einräumen.
- Gegebenenfalls eine Schuszone markieren, in der die Spieler spätestens schießen müssen.