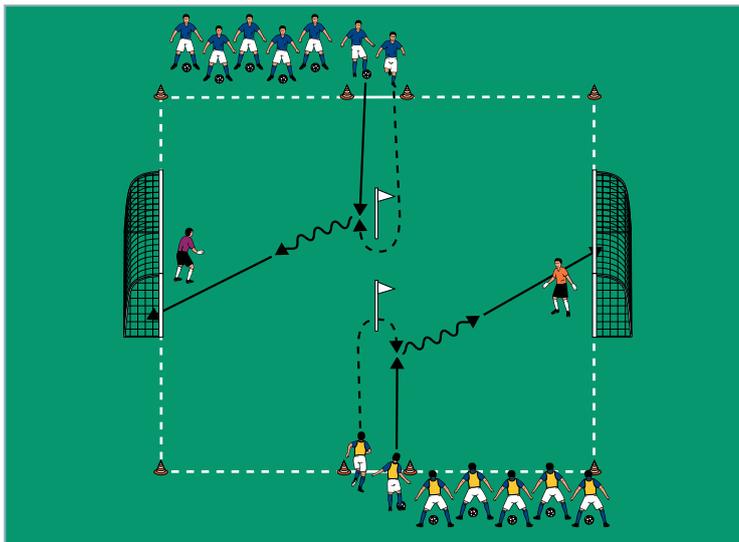


HAUPTTEIL 1: Ballan-/-mitnahme und Torschuss

von Paul Schomann (15.11.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Die Hütchentore auf 2 gegenüberliegenden Seitenlinien durch Jugendtore ersetzen und mit Torhütern besetzen
- 8 Meter vor den verbleibenden Hütchentoren je 1 Stange aufstellen
- 2 Mannschaften bilden und jeweils in einem Hütchentor postieren
- Der jeweils erste Spieler ohne, alle übrigen mit Ball

Ablauf

- Grundablauf wie bei Aufwärmen 1.
- Die Passempfänger kontrollieren das Zuspiel und schließen auf das von ihnen aus gesehen rechte Tor ab.
- Die nächsten Spieler starten, sobald der Vordermann geschossen hat.
- Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

Variationen

- Die Stange andersherum umlaufen und auf das linke Tor abschließen.
- Die Zuspieler werfen/spielen aus der Hand volley mit dem Fuß hoch zu.

Tipps und Korrekturen

- Erst nach Blickkontakt zupassen.
- Die Zuspiele immer in die Bewegung zum Tor an- und mitnehmen.
- Jede Ballan- und -mitnahme möglichst mit einer Körpertäuschung verbinden.
- Vor dem Torabschluss mit höchstens 3 Ballkontakten agieren.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.