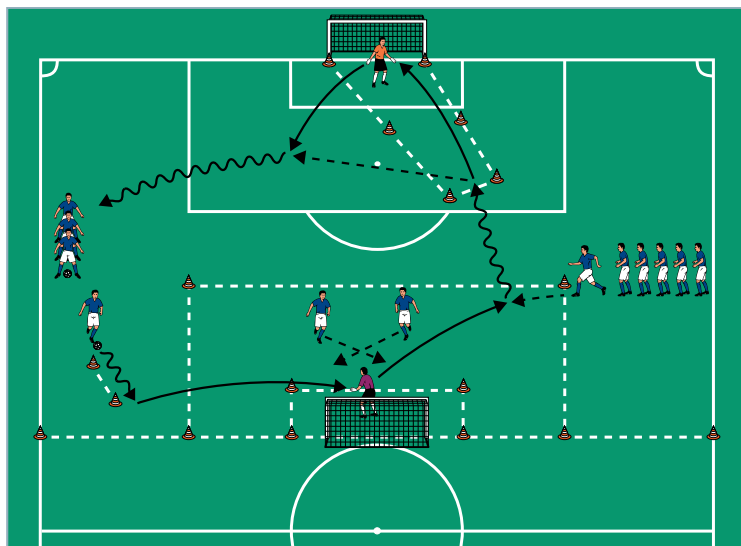


HAUPTTEIL 2: Flanke, Abwurf und Torschuss II

von Armin Friedrich (29.11.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Zusätzlich 2 Stürmer bestimmen und vor dem Tor am Mittelkreis aufstellen

Ablauf

- Grundablauf wie in Hauptteil 1.
- Jetzt kreuzen die Stürmer vor dem Tor und versuchen, die Hereingabe von außen zu verwerten.
- Gelingt es dem Torhüter, die Flanke abzufangen, so wirft er zum ersten Spieler der anderen Gruppe ab, der auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter abschließt usw.
- Nach einiger Zeit die Torhüter wechseln.

Variationen

- Einen weiteren Angreifer bestimmen, der den Torhüter im Luftkampf behindert.
- Die Übungen von der jeweils anderen Seite durchführen.

Tipps und Korrekturen

- Am Schusskorridor platziert mit der Innenseite in die Ecken schießen, um den Torhüter zu fordern.
- Auf eine gute Belastungssteuerung der Torhüter achten. Gegebenenfalls Korrekturphasen einbauen, um eine ausreichende Erholung zu garantieren.
- Der Torhüter im Tor am Mittelkreis soll die Flanke trotz Gegnerstörung möglichst am höchsten Punkt fangen.