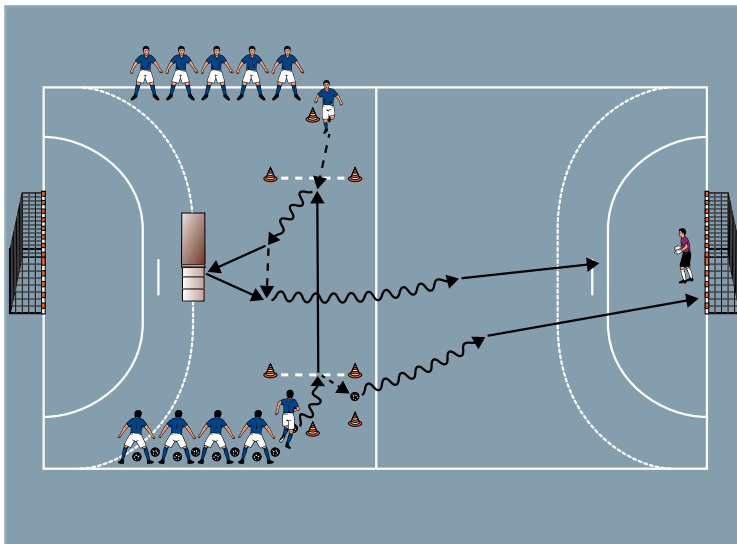


HAUPTTEIL 1: Doppel-Torschuss

von Klaus Pabst (21.02.2017)



Organisation

- 15 Meter vor einem Tor mit Torhüter 2 Starthütchen markieren
- 5 Meter vor einem Starthütchen ein 2 Meter breites frontales Hütchentor und vor dem anderen Starthütchen ein 2 Meter breites frontales und seitliches Hütchentor markieren
- Mittig hinter den Starthütchen einen Turnkasten aufstellen
- Die Spieler an beide Starthütchen verteilen, wobei die Spieler am Starthütchen mit beiden Hütchentoren jeweils 2 Bälle haben und einen Ball in das seitliche Hütchentor legen

Ablauf

- Der erste Ballbesitzer passt durch das frontale Hütchentor zum Spieler am Starthütchen gegenüber, nimmt dann kurz vor dem seitlichen Hütchentor zum Tor mit und schießt.
- Der Passempfänger nimmt vor seinem Hütchentor an, zum Turnkasten mit, spielt einen Doppelpass am Turnkasten und nimmt zum zeiverzögerten Torschuss mit.
- Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

Variationen

- Dem Spieler gegenüber hoch zuwerfen.
- Dem Spieler gegenüber per Volleyschuss hoch zuspelen.
- 3 Pässe am Turnkasten spielen.

Tipps und Korrekturen

- Den Ball im seitlichen Hütchentor mit einem Kontakt zum Tor vorlegen und mit dem zweiten Kontakt schießen.
- Dem Zuspiel entgegenlaufen und vor dem Hütchentor an- und mitnehmen.
- Die Distanz des Turnkastens zu den Hütchentoren so wählen, dass der zweite Spieler deutlich zeitverzögert zum Torschuss kommt.
- Den Torhüter regelmäßig wechseln.