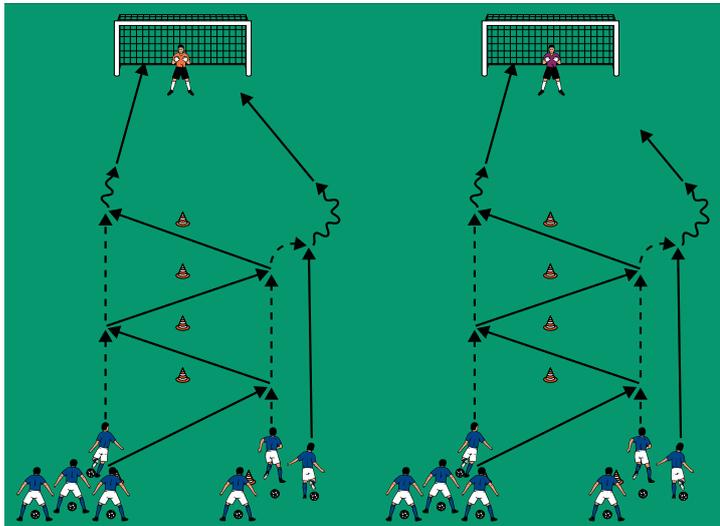


E-JUNIOREN



HAUPTTEIL 1:

BALLAN-/MITNAHME UND TORSCHUSS

von Paul Schomann (04.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ 2 Tore mit Torhütern in einem Abstand von 20 Metern nebeneinander aufstellen
- ▶ 20 Meter vor dem Tor 4 Starthütchen errichten
- ▶ Jeweils in der Mitte zwischen 2 Starthütchen einen Hütchenparcours markieren
- ▶ Die Spieler gleichmäßig an die Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler an einem der beiden Starthütchen vor jedem Tor haben keine Bälle
- ▶ Alle übrigen Spieler mit Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten in den Hütchenparcours und passen sich durch die Hütchen zu.
- ▶ Der Spieler, der nach Durchspielen aller Hütchen in Ballbesitz ist, schießt auf das Tor ab.
- ▶ Der jeweils andere dreht sich, fordert ein Zuspiel vom nächsten Spieler am Starthütchen und nimmt ebenfalls zum Torabschluss an und mit.
- ▶ Anschließend starten die jeweils nächsten Spieler usw.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Kontakten oder direkt zupassen.
- ▶ Zum zweiten Torabschluss hoch zuwerfen/per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Entfernung der Hütchen im Parcours zueinander dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Darauf achten, dass der erste Torschütze stets rechtzeitig vor dem zweiten Schützen abgeschlossen hat.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze vor dem Tor markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.