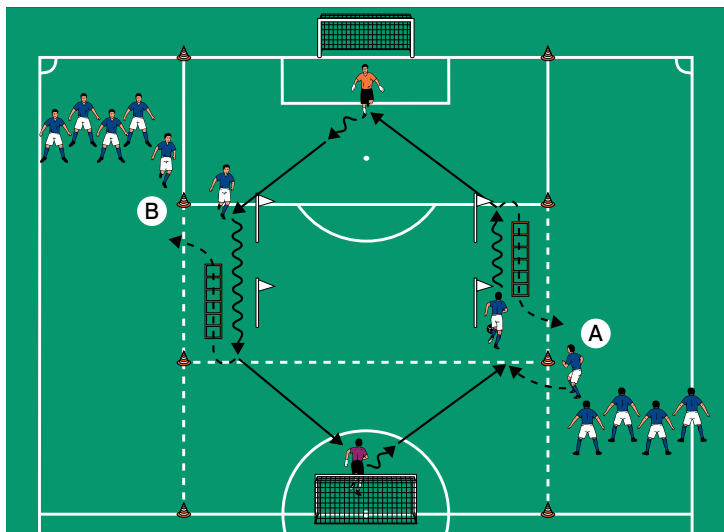


THEMA: DEN TORHÜTER IN TECHNIKEINHEITEN EINBINDEN



AUFWÄRMEN 1:

GESCHICKLICHKEIT UND TECHNIK

ORGANISATION

- ▶ Auf Strafraumbreite drei 16 Meter tiefe Zonen markieren
- ▶ Auf den Grundlinien Tore mit Torhütern aufstellen
- ▶ In der mittleren Zone 4 Stangen aufstellen und 2 Koordinationsleiter auslegen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A dribbelt an den Stangen vorbei zur gegenüberliegenden Zone und passt zum Torhüter.
- ▶ Anschließend durchläuft er auf dem Rückweg die Koordinationsleiter und stellt sich bei der eigenen Gruppe wieder an.
- ▶ Der Torhüter nimmt zur Seite mit und passt zu B, der ebenfalls zur anderen Zone dribbelt, zum Torhüter passt, die Koordinationsleiter durchläuft und sich wieder bei der eigenen Gruppen anstellt.
- ▶ Der Torhüter spielt zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und B haben je 1 Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine kontrollierte Mitnahme des Torhüters mit der Innenseite achten.
- ▶ Dabei in offener Stellung agieren und sofort in die neue Bewegungsrichtung aufdrehen.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß des Mitspielers fordern.