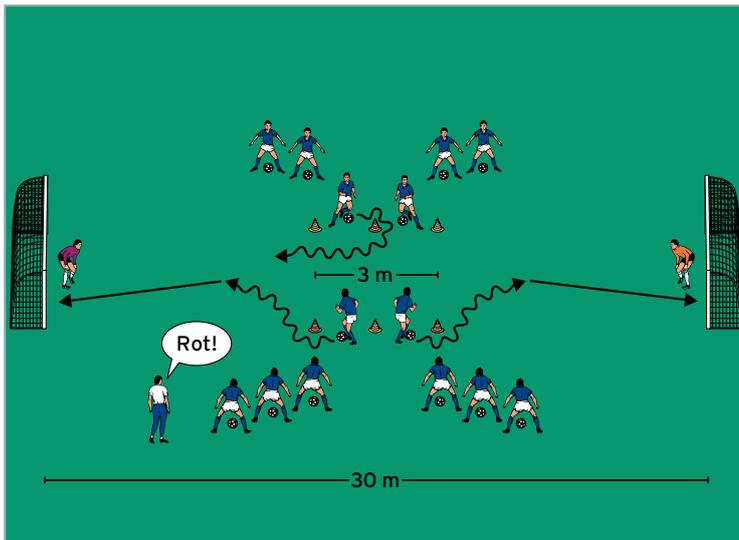


HAUPTTEIL 1: 2-Farben-Tore und Torschuss

von Paul Schomann (19.05.2015)



Organisation

- 2 Tore mit Torhütern in 30 Metern Abstand gegenüber aufstellen
- Mittig zwischen den Toren zwei 3 Meter breite doppelte Hütchentore quer gegenüber markieren
- Die Hütchentore mit 2 verschiedenfarbigen Hütchen markieren, so dass sich Hütchen mit verschiedenen Farben gegenüber stehen
- Die Spieler in vier Gruppen mit Bällen an den Hütchentoren postieren, wobei der jeweils erste Spieler im Hütchentor steht

Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er eine Hütchenfarbe aufruft.
- Die jeweils ersten Spieler umdribbeln das aufgerufene Hütchen des Hütchentores und schießen zeitversetzt auf das Tor.

Variationen

- Zunächst das aufgerufene Hütchen umlaufen, dann das andere Hütchen umdribbeln und zeitversetzt schießen.
- Zunächst das aufgerufene Hütchen umdribbeln, dann das andere Hütchen umdribbeln und zeitversetzt schießen.
- Der Spieler, der zuerst schießt, wird nach dem Torschuss Verteidiger und spielt 1 gegen 1 gegen den anderen Spieler.

Tipps und Korrekturen

- Die Hütchentore verbreitern, so dass die Spieler in größerem zeitlichen Abstand nacheinander schießen.
- Beim Umdribbeln des mittleren Hütchens im Hütchentor orientieren und dem Mitspieler ausweichen.
- Eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.