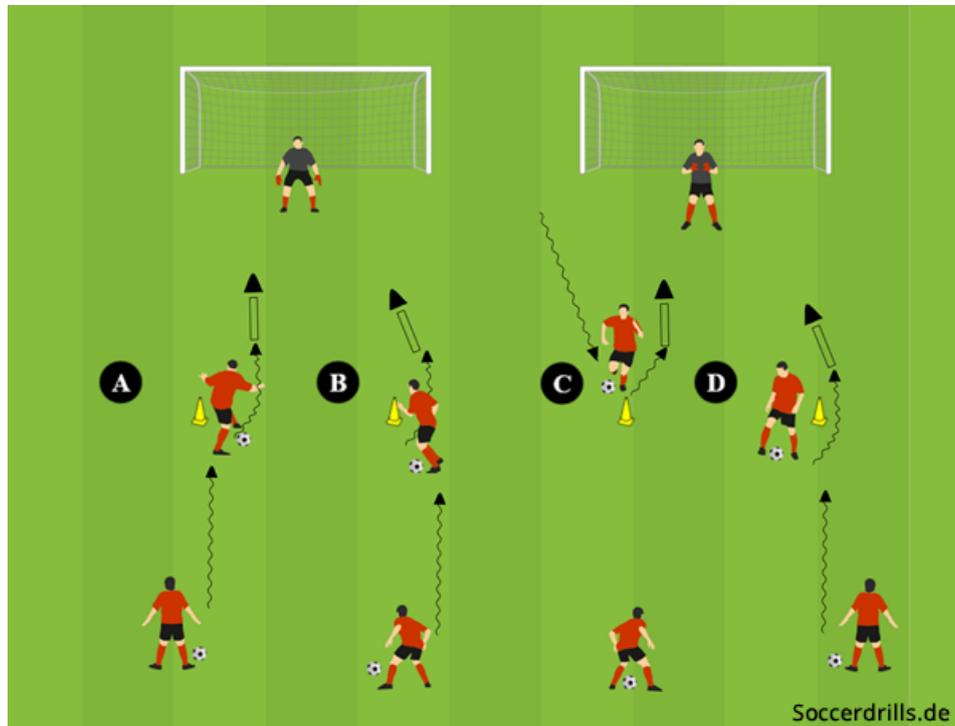


Technik - Auspielen mit Torabschluss Aufbau Mustertraining



Organisation:

- In der Grafik bieten wir gleich zwei Tore an, damit entzerren wir das Übungsfeld.
- Die Spieler verteilen sich gleichmäßig auf die Stationen A bis D.
- An den Stationen werden Hütchen so aufgestellt, dass sie Gegenspieler simulieren.
- Jeder Spieler verfügt über einen Ball.
- In die Tore postieren wir Torhüter.

Ablauf:

- Jede Station fordert ein erlerntes Bewegungsmuster.
- Die Spieler führen aus dem Pendeln die Auspielbewegungen aus und dribbeln anschließend zum Tor und schießen.
- Anschließend holen die Spieler ihren Ball und stellen sich an der nächsten Position an. Bei D angelangt, geht es bei A weiter

Varianten:

- Beidfüßigkeit.
- Das Pendeln fällt jetzt weg. Das Auspielen erfolgt aus einem kurzen Andribbeln.