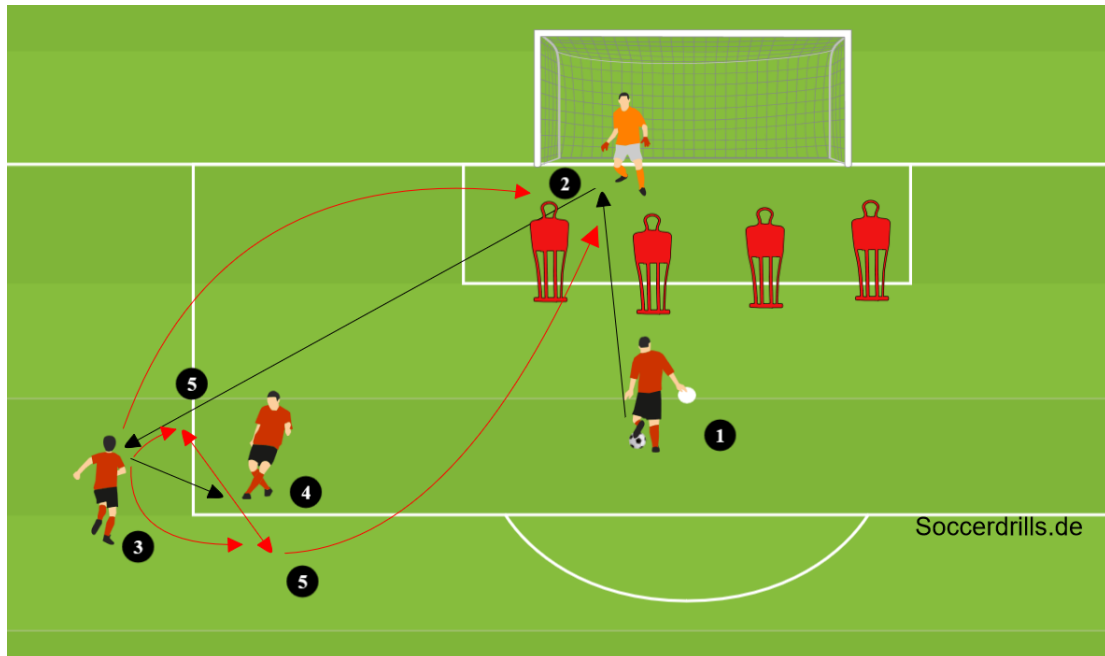


Torwarttraining – B-Jugend (U16, U17) und A-Jugend (U16, U17)

Übungsbeispiel – Flankenpflücker



Organisation:

- Wir benötigen ein Tor mit Torwart.
- Zur Behinderung stellen wir vors Tor Dummies auf. Möglich sind hier auch Stangen oder passive Spieler.
- Am Elfmeterpunkt befindet sich ein weiterer Spieler (Torwart). Dieser startet die Übung und benötigt einen Ball.
- Am Strafraum wird ein Spieler (Torwart, Trainer) mit dem Rücken zum Tor platziert. Ein weiterer Spieler (Torwart) befindet sich seitlich frontal davor.

Ablauf:

1. Der Startspieler passt flach auf den Torwart.
2. Dieser passt direkt oder nach kurzer Ballkontrolle auf den Spieler außerhalb der Strafraumgrenze, der sich anbietet.
3. Der Passempfänger leitet den Ball an den Spieler (Torwart, Trainer) weiter, der seitlich rückwärts zum Tor steht.
4. Dieser entscheidet, ob er den Pass nach rechts oder links spielt (siehe rote Linie).
5. Je nachdem in welcher Richtung es weitergeht, läuft der Spieler (Torwart) außerhalb des Strafraums zum Ball (siehe rote Linie) und schlägt eine hohe Flanke vors Tor. Der Torwart fängt den Ball kontrolliert ab.

Varianten:

- Der Pass aus dem Strafraum erfolgt in Richtung Grundlinie.
- Ablauf von der anderen Spielfeldseite.

Trainertipps:

- Achte auf korrekte Sprungtechniken und Konzentration beim Ablauf.