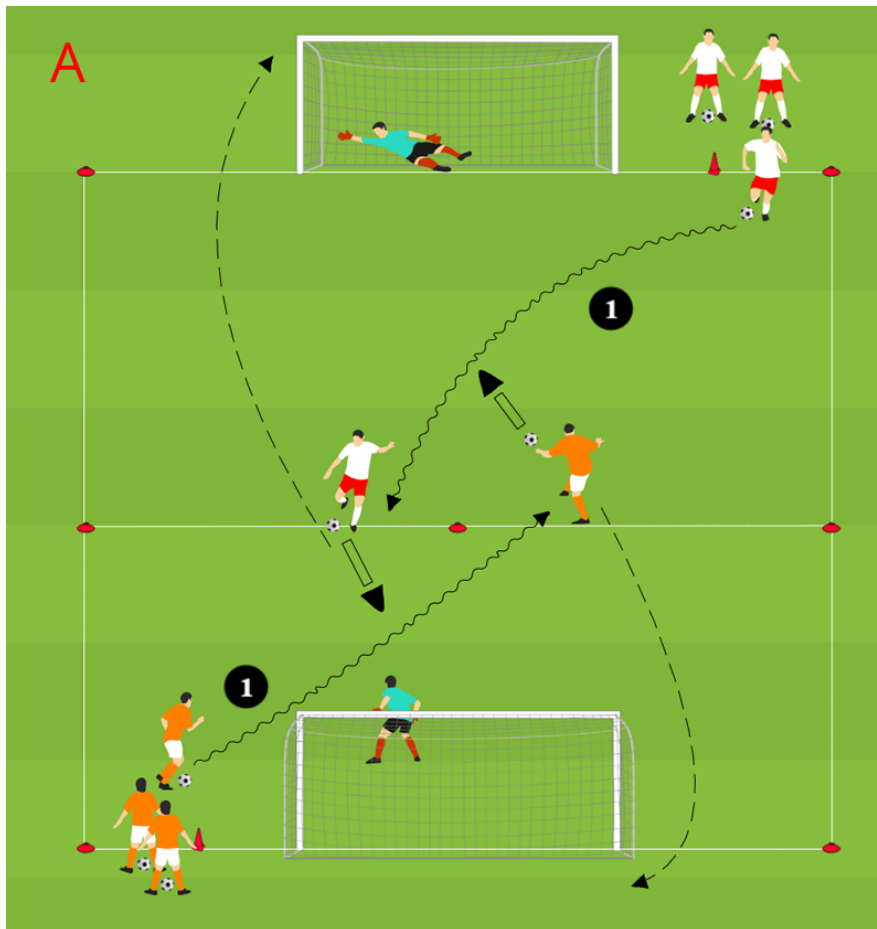


## Torschuss - Zweikontakt



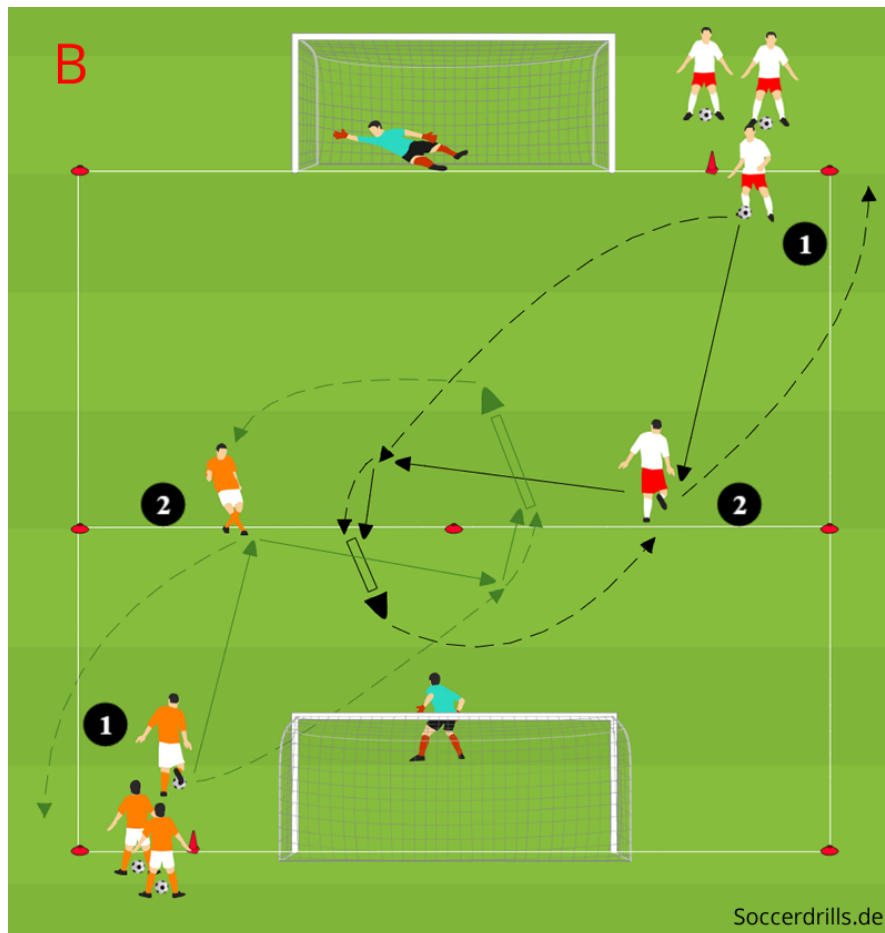
### Organisation:

- Wir benötigen 2 Tore mit Torhütern. Die Tore stehen etwas mehr als zwei Strafraumlängen voneinander entfernt.
- Das Übungsfeld sollte mit Bodenmarkierungen gekennzeichnet werden, im Zentrum wird zur Orientierung eine Markierung ausgelegt.
- Zusätzlich wird auf jeder Seite neben dem Tor ein Starthütchen aufgestellt.
- Die Übenden werden in zwei Gruppen eingeteilt, diese sollten nicht zu groß sein. Möglichst jeder Spieler verfügt über einen Ball.

### Ablauf A:

1. Die Startspieler dribbeln von jeder Übungsseite diagonal zur Spielfeldmitte. Dort legen sie sich den Ball vor und schießen aufs Tor. Anschließend kehren sie in ihre Gruppe zurück und holen sich vorher einen Ball.

## Torschuss - Zweikontakt



### Ablauf B:

- In der Spielfeldmitte wird bei Übungsstart jeweils ein Spieler aus jeder Gruppe postiert.
- 1. Der Startspieler passt auf den Anspieler im Zentrum und startet diagonal zur Spielfeldmitte.
- 2. Der Passempfänger leitet den Ball auf den Startspieler weiter.  
Der Startspieler legt sich den Ball mit dem ersten Kontakt zum Torschuss vor und schießt anschließend aufs Tor.  
Der Torschütze übernimmt schnell die Position des Anspielers, der Anspieler startet in die Gruppe am Tor und organisiert sich vorher einen Ball.

### Varianten A und B:

- Ablauf startet von der anderen Seite am Tor.
- Ablauf von beiden Seiten am Tor gleichzeitig.
- Unterschiedliche Schusstechniken vorgeben. Entsprechend muss der Schütze sich den Ball mit dem ersten Kontakt optimal vorlegen.
- Mit Nachschuss.
- Entfernungen vergrößern.
- Wettkampf: Jeder Spieler führt insgesamt 5 Torschüsse aus. Welches Team erzielt die meisten Tore?
- Wettkampf: Für den direkten Torerfolg gibt es zwei Punkte. Führt der Nachschuss zum Torerfolg, gibt es einen Punkt.

### Trainertipps:

- Der Torschütze soll den Ball diagonal mitnehmen und bereitet so den optimalen Torschuss vor.
- Unbedingt auf Beidfüßigkeit achten.
- Sollte die Trainingsgruppe zu groß sein, bilde drei Gruppen. Die dritte Gruppe erledigt zwischenzeitlich eine Zusatzaufgabe.