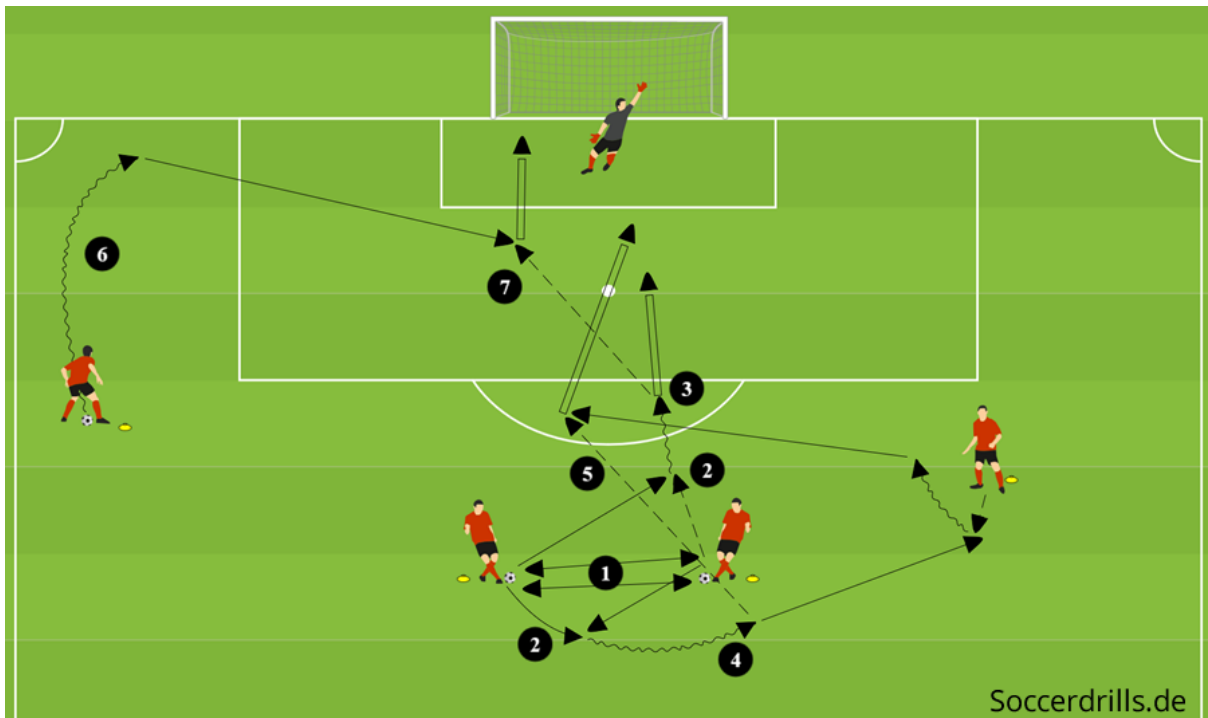


## Torschuss - Doppelflügel



### Organisation:

- Wir benötigen 4 Bodenmarkierungen, ein Tor mit Torwart, ausreichend Bälle und mindestens 4 Spieler. Besser ist, wenn alle Positionen doppelt besetzt sind.
- Die Spieler an den Startmarkierungen und der Spieler auf der linken Seite verfügen jeweils über einen Ball.
- Die Bodenmarkierungen werden so ausgelegt, wie in der Animation und der Grafik zu erkennen ist. Die Abstände entsprechen dem Leistungsvermögen.

### Ablauf:

1. Die beiden Startspieler passen sich die Bälle gleichzeitig hin und her.
  2. Der zweite Pass wird ins Dribbling mitgenommen.
  3. Der Spieler auf der rechten Seite zieht zum Tor und schießt.
  4. Der Spieler auf der linken Seite verarbeitet den Pass und zieht leicht rückwärts auf die rechte Seite. Von dort passt er zum Flügelspieler.
  5. Anschließend zieht er durchs Zentrum in Torrichtung, erhält den Rückpass und schießt mit einem Torschuss ab.
  6. Zwischenzeitlich ist der linke Flügelspieler ins Dribbling zur Grundlinie gestartet. Von dort wird ins Zentrum geflankt oder es folgt ein Flachpass, je nach Trainervorgabe.
  7. Der Startspieler, der von der rechten Seite gestartet ist, verarbeitet die Flanke/das Passspiel und sucht den Torabschluss.
- Die Startspieler nehmen anschließend die Flügelpositionen ein und die Flügelspieler werden zu Startspielern, entsprechend werden die Bälle geholt. Wird positionsspezifisch trainiert, erfolgt kein Positionswechsel.

## Torschuss - Doppelflügel

### Varianten:

- Die Startspieler passen hin und her und die Aktion beginnt erst, wenn einer von ihnen das Kommando gibt.
- Die Pässe von den Außenspielern erfolgen auf den bestpostierten Spieler im Zentrum. Entsprechend müssen sich die Spieler im Zentrum für beide Pässe von außen anbieten.
- Hinter oder neben dem Tor wird ein weiterer Spieler postiert. Dieser wirft zusätzlich einen Ball zum Kopfball am Ende der Aktion zu.
- Ablauf von der anderen Übungsseite.
- Vor dem Torabschluss wird eine Finte/Körpertäuschung ausgeführt.
- Verschiedene Passtechniken (zum Beispiel Flanke oder Flachpass).
- Die Spieler im Zentrum kreuzen die Laufwege.
- Die Spieler im Zentrum stehen gestaffelt im Rückraum und Tornähe.

### Trainertipps:

- Biete unbedingt die Varianten an, wenn der Ablauf der Einstiegsübung funktioniert.
- Diskussionen der Spieler zur Optimierung des Ablaufes sind nicht nur erlaubt, sie sind erwünscht.