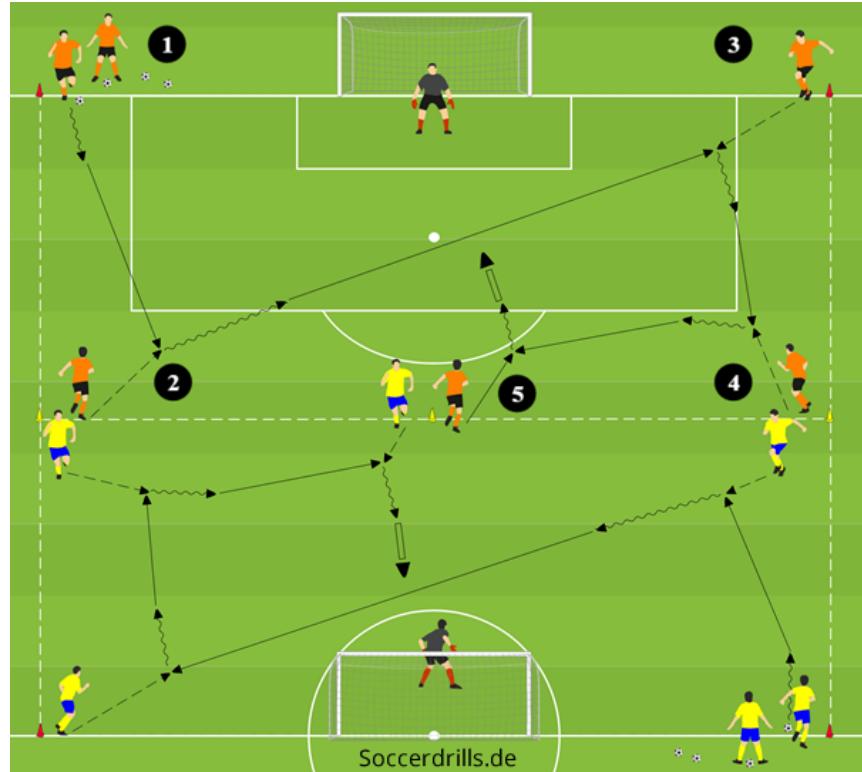


Torschuss - Ausdauer-Competition

Organisation:

- 7 Hütchen, 2 Tore und ausreichend Bälle werden benötigt.
- Markiere das Übungsfeld so, wie in der Grafik zu erkennen ist. Die Abstände sind der Intensität geschuldet, die Torschüsse sollten von der Strafraumgrenze erfolgen.
- Bilde zwei Teams, die Startpositionen werden doppelt oder mehrfach besetzt. In die Tore werden Torhüter postiert.
- An den Startpositionen liegen ausreichend Bälle bereit.



Ablauf:

1. Der Startspieler dribbelt an und passt zum nächsten Mitspieler.
2. Der Spieler kontrolliert den Ball, dribbelt kurz und passt diagonal auf die andere Seite.
3. Der Spieler kontrolliert den Ball, dribbelt kurz und passt zum nächsten Mitspieler.
4. Der Spieler kontrolliert den Ball, dribbelt kurz und legt den Ball dem Mitspieler in Strafraumrichtung vor.
5. Der Spieler kontrolliert den Ball, dribbelt bis zur Strafraumgrenze und schießt aufs Tor.
- Die Spieler folgen jeweils ihrem Pass und nehmen die nächste Position ein.

Varianten:

- **Wettkampf:** Welches Team erzielt in einer vorgegebenen Zeit die meisten Tore?
- Nur der erste Spieler dribbelt an, an allen anderen Stationen erfolgt das Passspiel so in den Lauf, dass ein Direktpass folgen kann.
- Der Diagoalpass wird als Flugball geschlagen.
- Der Torschütze muss mit dem zweiten Kontakt abschließen.

Trainertipps:

- Die Spieler sollen so die Positionen einnehmen, dass der Ablauf nicht gestört wird.
- Achte auf ausreichende Entfernung zum Tor beim Torschuss.