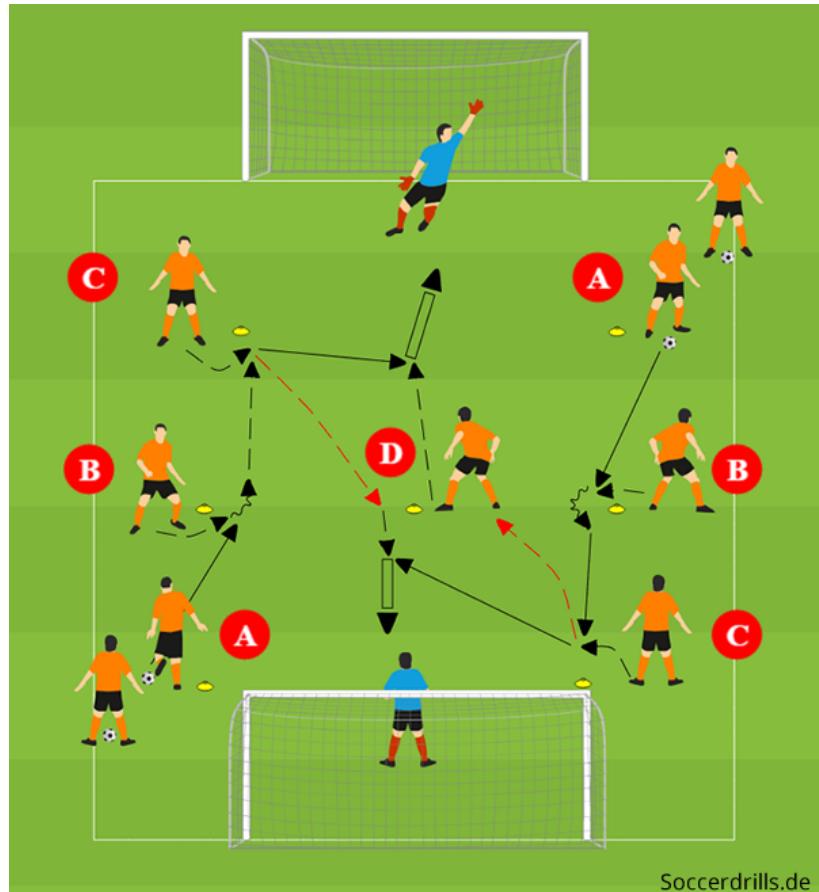


Torschuss - Zenrtumsschuss

Organisation:

- Es werden 7 Bodenmarkierungen, 2 Tore und ausreichend Bälle benötigt.
- Die Übungsfeldgröße entspricht bis zu einem halben Spielfeld.
- Die Markierungen werden so ausgelegt, wie in der Grafik zu erkennen ist.
- Die Positionen A werden mehrfach mit Spielern besetzt, dort befinden sich die Bälle.
- Auf den Positionen B, C und D befindet sich jeweils ein Spieler.
- Jetzt noch zwei Torhüter und wir können starten.



Soccerdrills.de

Ablauf:

Beispielhaft starten wir mit der Beschreibung auf der linken Übungsseite:

- Spieler A passt zu B.
- B dreht auf und passt in die Tiefe zu C.
- C klatscht den Ball seitlich zu D, dieser nimmt den Ball kurz in Torrichtung mit, schießt oder führt den Torschuss ohne vorherige Ballkontrolle aus.
- Der Ablauf von der anderen Seite startet bereits beim Torschuss.
- Nach der Aktion wechselt A auf Position B, B auf C, C übernimmt das Zentrum von D und D holt den Ball und schließt sich der A-Gruppe an.

Varianten:

- Einstieg: Zwei Spieler im Zentrum (2x D).
- Wir wollen Beidfüßigkeit trainieren! Deshalb werden die Markierungen auf jeder Seite so gelegt, dass die Abläufe von den anderen Übungsseiten starten.
- Leicht seitliche Vorlage zum Torschuss: A passt zu C, der lässt auf B klatschen und B passt zu D.

Trainertipps:

- Die Spieler nehmen für den Passempfang eine offene Stellung ein und der Pass erfolgt entsprechend in den hinteren Fuß.
- Nicht lange fackeln, schnell und präzise den Torerfolg suchen.