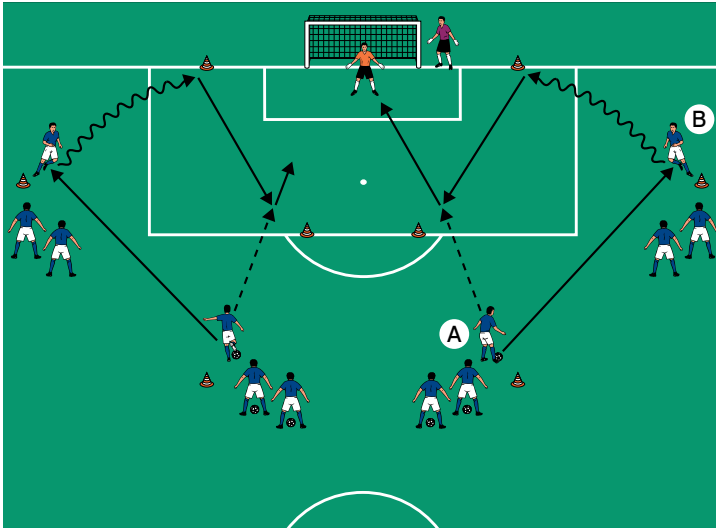


THEMA: TORSCHUSS-AUFLAGEN IN DEN RÜCKEN DER ABWEHR



AUFWÄRMEN 2:

TECHNIK UND KOORDINATION

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Koordinationsleiter und die Minihürden entfernen
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A und C haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt auf B und startet in den Strafraum.
- ▶ Gleichzeitig dribbelt B zur Grundlinie und passt auf A zurück, der locker auf den Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend gleicher Ablauf von der jeweils anderen Seite usw.
- ▶ Die Spieler tauschen nach jeder Aktion die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ Der Torhüter gibt vor, wie bzw. wohin die Spieler abschließen sollen (Innenspann – flach unten, Vollspann – auf den Körper usw.).
- ▶ Der Torhüter wirft den gefangenen Ball sofort zu einem Spieler bei A bzw. C ab.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer am Flügel sollen die zentralen Spieler stets im Blick behalten.
- ▶ Die Torhüter mit den Abschlüssen gezielt warmschießen.
- ▶ Auf flache, präzise Rückpässe der Außenspieler achten.