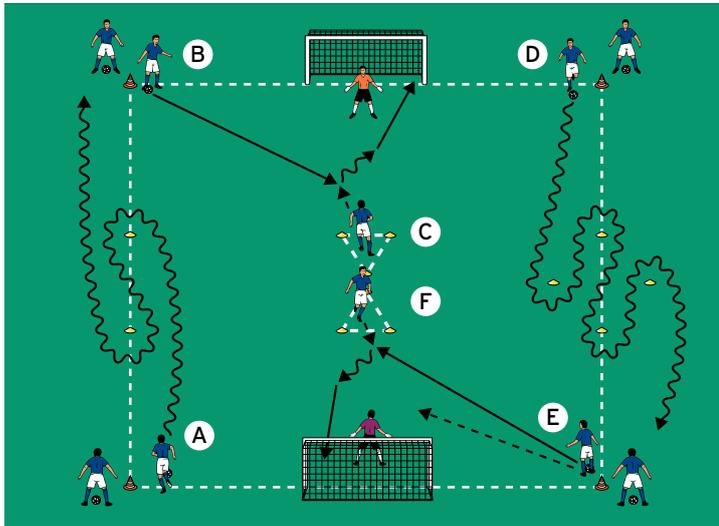


THEMA: IM STATIONSTRAINING BALLKONTAKTE SAMMELN



HAUPTTEIL 1:

STATIONS-VIERECK MIT TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Ein 30 x 30 Meter großes Feld mit Toren errichten
- ▶ Vor den Toren jeweils 1 Hütchen-Dreieck markieren
- ▶ An einer Seitenlinie 1 Hütchentor und auf der anderen eine Hütchen-Raute platzieren
- ▶ Die Tore mit Torhütern besetzen
- ▶ In den Hütchen-Dreiecken jeweils 1 Spieler postieren
- ▶ Die übrigen Spieler mit Bällen den Eckhütchen zuweisen

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler der Eckhütchen starten gleichzeitig im Uhrzeigersinn.
- ▶ A dribbelt am Hütchentor vorbei, umdribbelt dieses im Slalom und stellt sich am gegenüberliegenden Hütchen an.
- ▶ B passt zu C, der nach der An- und Mitnahme auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ D dribbelt im Slalom um die Hütchen-Raute und stellt sich am gegenüberliegenden Hütchen an.
- ▶ F erhält ein Zuspiel von E, der anschließend im 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Im Gegenuhrzeigersinn agieren.
- ▶ C und F erhalten das jeweilige Zuspiel im Hütchen-Dreieck und dribbeln seitlich heraus.
- ▶ Die Spieler bauen eine Finte ins Dribbling ein.
- ▶ B und E spielen einen Flugball, anstatt flach zu passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das 1 gegen 1 zielstrebig ausgespielen.
- ▶ Erobert der Verteidiger im 1 gegen 1 den Ball, so greift er auf das selbe Tor an.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.