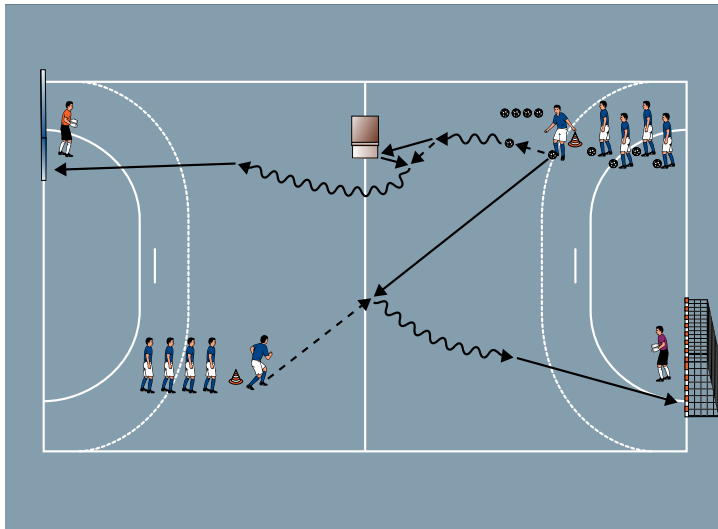


THEMA: MIT HALLENGERÄTEN VIELSEITIG TRAINIEREN



HAUPTTEIL 1:

DOPPEL-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Auf den Grundlinien 1 Matte und 1 Tor diagonal zueinander errichten
- ▶ Vor der Matte 1 Kleinkasten und 1 Starthütchen aufstellen
- ▶ Vor dem Tor ebenfalls 1 Starthütchen platzieren
- ▶ 2 Torhüter besetzen die Tore
- ▶ Die Spieler an die Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler am Starthütchen vor der Weichbodenmatte haben jeweils 2 Bälle

ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer passt zum Spieler am anderen Starthütchen.
- ▶ Der Passempfänger nimmt an und mit und schießt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Gleichzeitig dribbelt der Passgeber mit dem zweiten Ball in Richtung Matte, spielt einen Doppelpass mit dem Kleinkasten und mit und schießt auf die Matte mit Torhüter ab.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ 3 Pässe gegen den Kleinkasten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach dem Torschuss die Bälle stets zum entsprechenden Starthütchen zurückspielen.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.