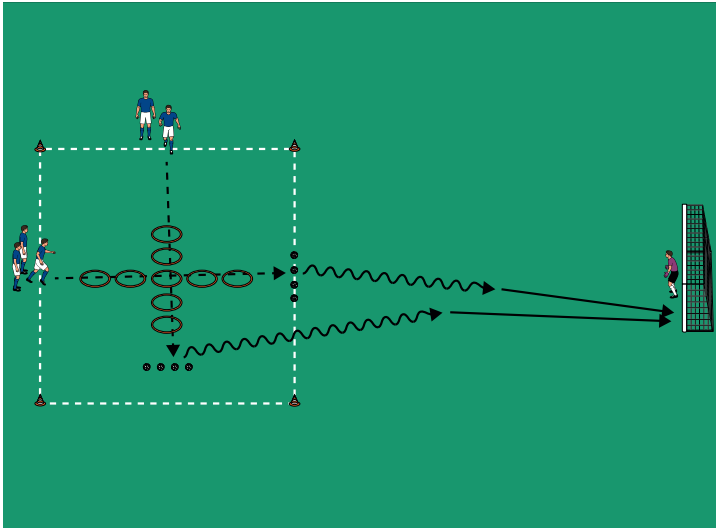


## THEMA: TRAINING GEHT DOCH IMMER



### HAUPTTEIL 1:

## REIFEN-KREUZ-TORSCHUSS

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ 15 Meter vor dem Feld ein Tor mit Torhüter errichten.
- ▶ Die Spieler hinter und auf einer Seite neben dem Reifen-Kreuz postieren.
- ▶ Vor und auf der anderen Seite neben dem Reifen-Kreuz Bälle auslegen.

### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten gleichzeitig und durchlaufen die Reifen vorwärts mit einem Kontakt bzw. seitlich mit 2 Kontakten.
- ▶ Nach Durchlaufen der Reifen dribbeln die Spieler zum Tor und schießen.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

### VARIATIONEN

- ▶ Nach dem seitlichen Lauf durch die Reifen noch ein Hütchen umdribbeln.
- ▶ Seitlich die Reifen hin und zurück durchlaufen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Spieler, der seitlich durch die Reifen läuft, soll zeitverzögert schießen.
- ▶ Nach jedem Durchgang den geschossenen Ball wieder zu den Reifen bringen.