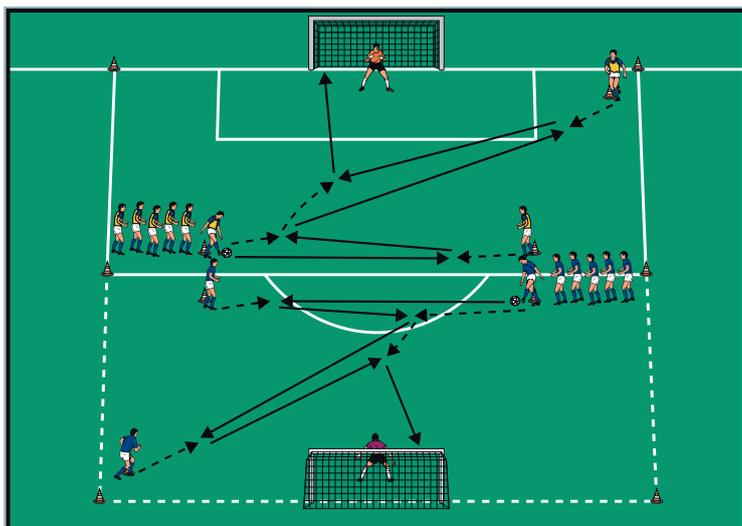


HAUPTTEIL 1: Passen und Schießen mit der Innenseite

von Frank Engel (21.10.2014)



Organisation

- Auf doppeltem Strafraum 2 Tore mit Torhütern errichten
- Vor jedem Tor 3 Positionshütchen aufstellen
- An den beiden seitlichen Hütchen jeweils 1 Anspieler postieren
- Alle übrigen Spieler stellen sich mit Bällen an den Starthütchen auf

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler an den Starthütchen passen zum entgegenstartenden ersten Anspieler, der direkt zurückprallen lässt.
- Anschließend spielen sie einen Doppelpass mit dem zweiten Anspieler und schießen mit der Innenseite gezielt auf die Tore ab.
- Nach einigen Durchgängen die Anspieler wechseln.

Variationen

- Per Direktschuss auf die Tore abschließen.
- Die beiden Anspieler wechseln die Seiten, so dass die Pässe und Torschüsse mit links durchgeführt werden müssen.

Tipps und Korrekturen

- Auf ein flaches und präzises Passspiel 'in den Fuß' der Mitspieler achten.
- Beim Torabschluss versuchen, den Ball mit der Innenseite flach zu platzieren (z.B. in der 'langen' Ecke unmittelbar neben dem Pfosten).