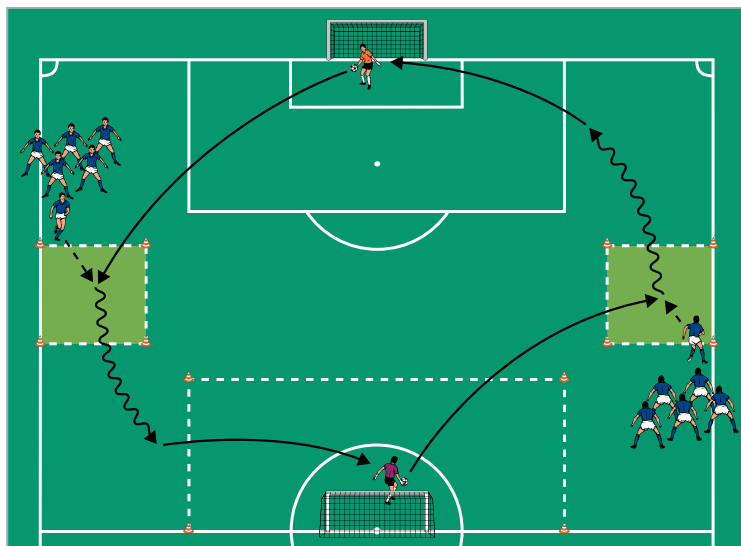


HAUPTTEIL 1: Flanken abfangen I

von Frank Engel (17.11.2015)



Organisation

- Den Aufbau weiter verwenden

Ablauf

- Die beiden Torhüter starten mit einem Abwurf ins Abwurffeld.
- Dort nehmen die Spieler in die Vorwärtsbewegung mit, dribbeln zur Grundlinie und flanken präzise in die Hände des Torhüters.
- Die Spieler bleiben stets auf ihrer Seite.

Variationen

- Die Übung im Uhrzeigersinn durchführen und die Spieler mit dem linken Fuß flanken lassen.
- Die Flanken etwas weiter vor das Tor bringen, so dass der Torhüter rauslaufen muss.

Tipps und Korrekturen

- Die Torhüter zum aktiven Herauskommen ermutigen.
- Den Abwurf schnell und präzise einfordern.
- In den Toren Ersatzbälle bereithalten.