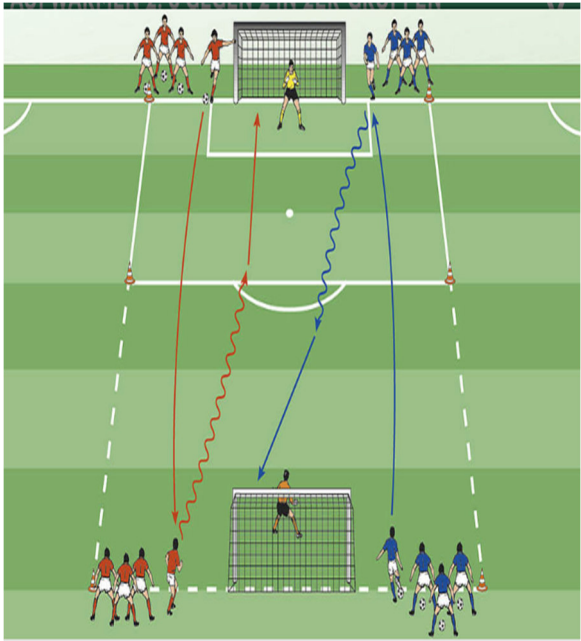


Übung des Monats 01/2022

<u>Organisation</u>	<u>Ablauf</u>	<u>Variationen/Bemerkungen</u>
<p style="text-align: center;"><u>TORSCHUSS:</u></p> <p style="text-align: center;"><u>VARIANTENREICHER TORSCHUSS MIT MOTIVATIONSSCHWERPUNKT</u></p> 	<p style="text-align: center;">Organisation und Ablauf</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 Tore mit Torhütern im Abstand von 30 Metern gegenüber aufstellen. • Die Spieler gleichmäßig neben den Toren verteilen. • Die Spieler auf jeweils einer Seite haben Bälle. • Die jeweils ersten Ballbesitzer spielen einen Flugball auf den jeweils ersten Spieler auf der gegenüberliegenden Seite. • Dieser nimmt ins Feld an und mit und schießt auf das gegenüberliegende Tor ab. • Anschließend stellen sich beide Spieler auf der jeweils anderen Seite wieder an. • Welche Gruppe erzielt zuerst 20 Treffer? • Immer den Wettbewerb zwischen 1-4 Gruppen fordern 	<p style="text-align: center;">Variationen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eine Finte ins Dribbling einbauen. • Die Passgeber werden Verteidiger. Die Passempfänger versuchen, im 1 gegen 1 auf das jeweils gegenüberliegende Tor abzuschließen. • Nach Flugball 2:2 • Nach Flugball 2:1 • Kontersituationen einbauen nach 1:1, 2:1 oder 2:2 • Beide Seiten parallel laufen lassen, damit keine unnötige Wartezeit entsteht. <p><u>Aufpassen:</u> Um lange statische Wartezeiten zu vermeiden, könnte man Koordinations- und leichte Laufübungen für die Spieler, die gerade pausieren, einbauen</p>