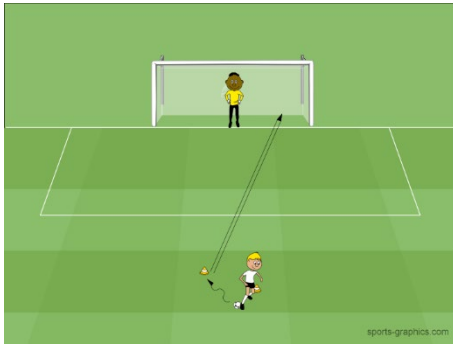




IM RÜCKEN ZUM TOR - VOM GEGNER WEGDREHEN MIT TORSCHUSS



Organisation:



Feldgröße

15 x 5 Meter (je nach Leistungsstärke)



Material

1 Kindertor, 2 Hütchen, Bälle



Anzahl Spieler

Maximal 5



Dauer

10 - 15 Minuten



Altersgrupp(en)

**U9 und U10
U11 und U12**



Basistechnik(en)

**Ballführung, Dribbling mit
Tricks und Finten**



Trainingsform

Übungsform

Ablauf:

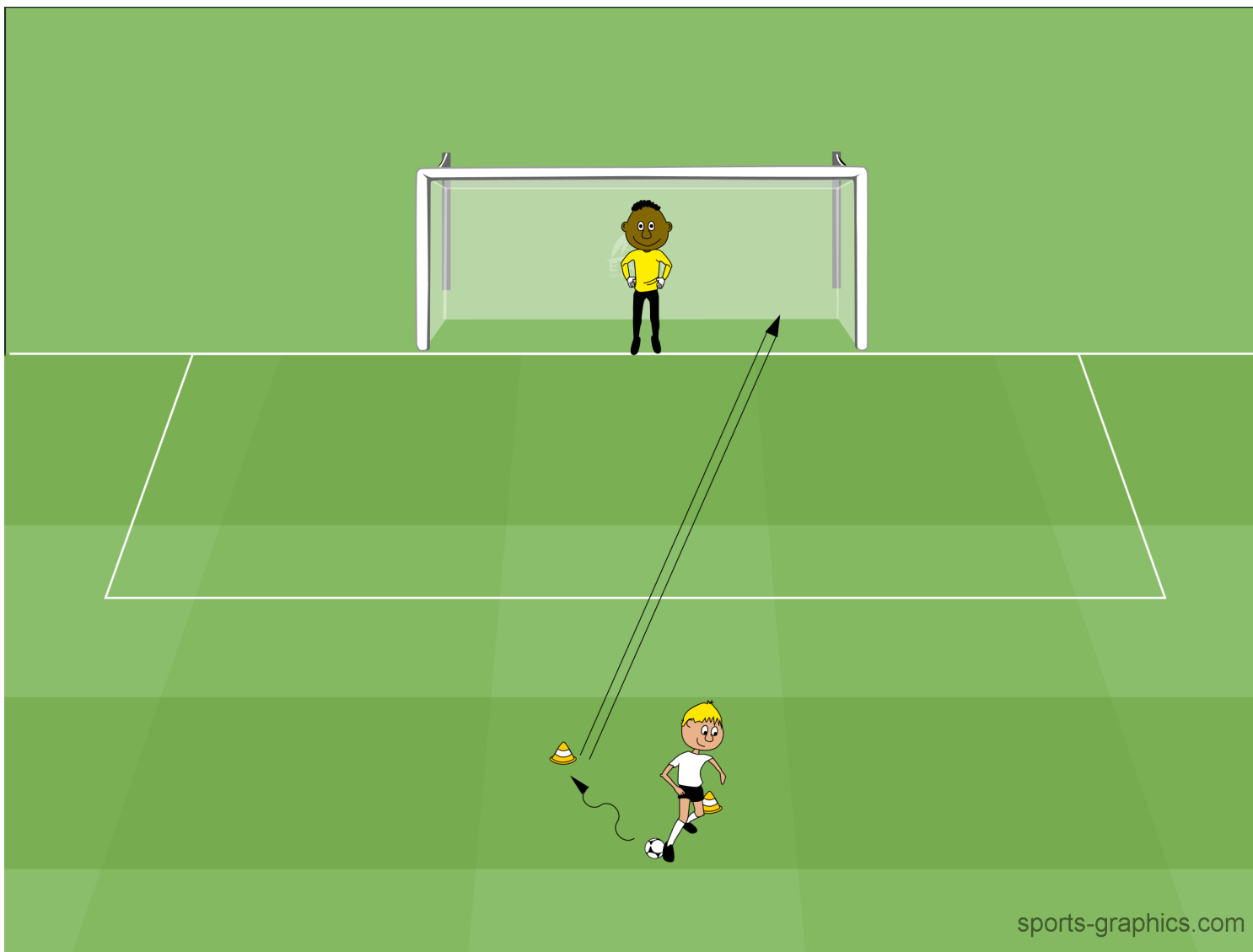
Der Spieler steht im Rücken zum Tor mit Ball am rechten Fuß vor dem Hütchen (siehe Bild). Mit dem rechten Außenfuß legt (schiebt) er den Ball nach rechts und schließt auf das Tor ab. Vor dem 2. Hütchen wird auf das Tor geschossen. Nach 5 Durchgängen wird mit dem Tormann gewechselt.

Varianten:

- Beidfüßig üben
- 3 x hintereinander ausführen bevor auf das Tor geschossen wird
- Mit Gegner aktiv üben
- Wettkampf

Coachingtipps:

- Körper zwischen Gegner und Ball bringen
- Sauber mit dem Außenfuß nach vorne legen (schieben)
- Schnelle und saubere Ausführbewegung



IM RÜCKEN ZUM TOR - VOM GEGNER WEGDREHEN MIT TORSCHUSS