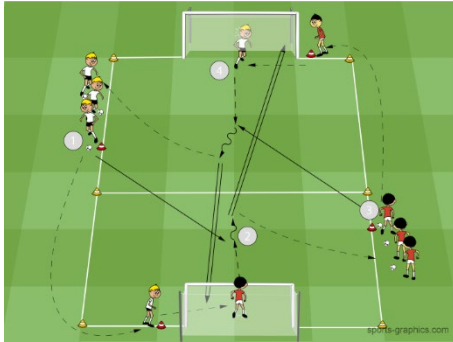






## TORMANN UND TORSCHÜTZE







 Altersgrupp(en)  
**U9 und U10**  
**U11 und U12**

 Basistechnik(en)  
**Torschuss**

 Trainingsform  
**Übungsform**

### Organisation:

-  Feldgröße **25 x 20 Meter (je nach Leistungsstärke anpassen)**
-  Material **10 Hütchen, 2 Kindertore, Bälle**
-  Anzahl Spieler **Maximal 10**
-  Dauer **15 bis 20 Minuten**

### Ablauf:

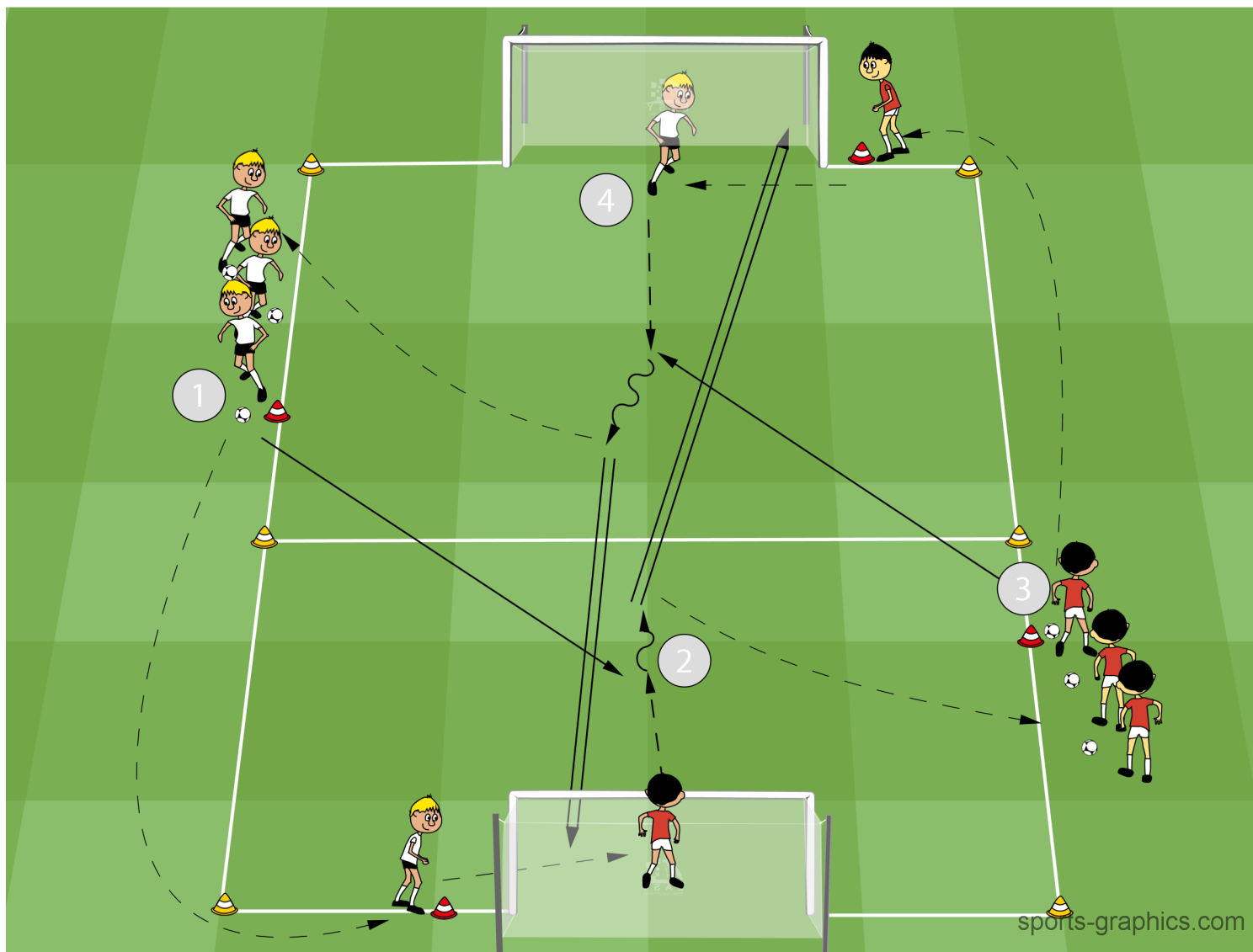
Die Spieler verteilen sich auf die Positionen (siehe Bild). Spieler 1 passt flach zu 2, der den Ball annimmt und noch vor der Mittellinie auf das Tor von 4 gegenüber abschließt. Sofort nach der Aktion (Tor, gehalten, daneben) passt 3 flach zu 4, der auf das andere Tor abschließt. Nach ihren Aktionen wechseln 1 bzw. 3 neben die Tore, 2 und 4 besetzen die Anspielerpositionen außen. Einen Wettbewerb durchführen. Welcher Spieler (welche Gruppe) trifft zuerst dreimal (15 Mal)?

### Varianten:

- Beidfüßig (links/rechts)
- Direkter Torabschluss
- Gehobenes Zuspiel mit Ballannahme und Ballmitnahme und Torabschluss
- Verschiedene Torschusstechniken vorgeben (Innenrist, Außenrist, Vollspann, Flatterball)

### Coachingtipps:

- Auf die technische Ausführung achten (Körperhaltung)
- Wo steht der Tormann?!
- Tempowechsel
- Ball aktiv entgegenkommen
- Ball Richtung Tor vorlegen



## TORMANN UND TORSCHÜTZE