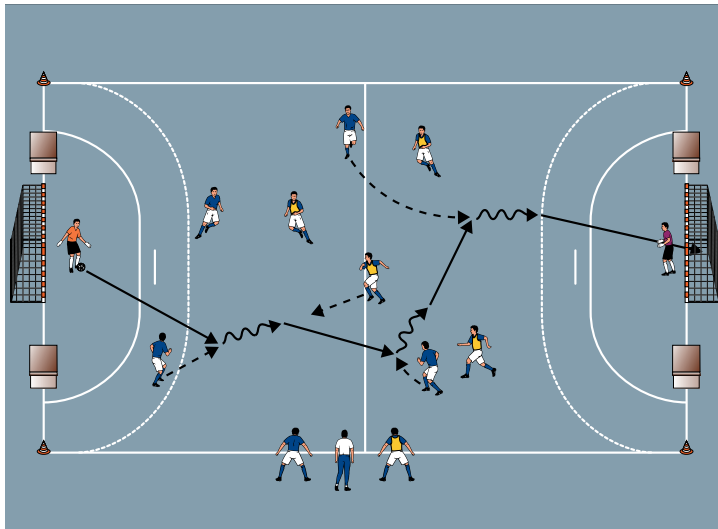


THEMA: SPRUNGKRAFT IN DER HALLE



SCHLUSSTEIL

WECHSELNDE ZUSATZTORE

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren und 4 kleinen Kastentoren errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter und 1 Wechselspieler

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Jede Mannschaft kann für jeweils 30 Sekunden sowohl auf das Tor mit Torhüter als auch auf die beiden Kastentore angreifen.
- ▶ Nach jeweils 30 Sekunden dürfen Tore nur noch auf die Tore mit Torhütern erzielt werden.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Tore auf die Kastentore zählen doppelt.
- ▶ Nur die zurückliegende Mannschaft darf die Kastentore nutzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch die wechselnde Option der Zusatz Tore wird die Intensität des Spiels leicht variiert und die Zielstrebigkeit der Ballbesitzer in Richtung Tor erhöht.
- ▶ Der Trainer gibt das Ende der Kastenoption jeweils per Kommando bekannt.
- ▶ Mit jedem Ballgewinn startet die Zusatzoption erneut.
- ▶ Darauf achten, dass die Teams jeweils regelmäßig wechseln, um die Belastungsintensität aller Spieler im Rahmen zu halten und alle gleichzeitig zum Zuge kommen zu lassen.