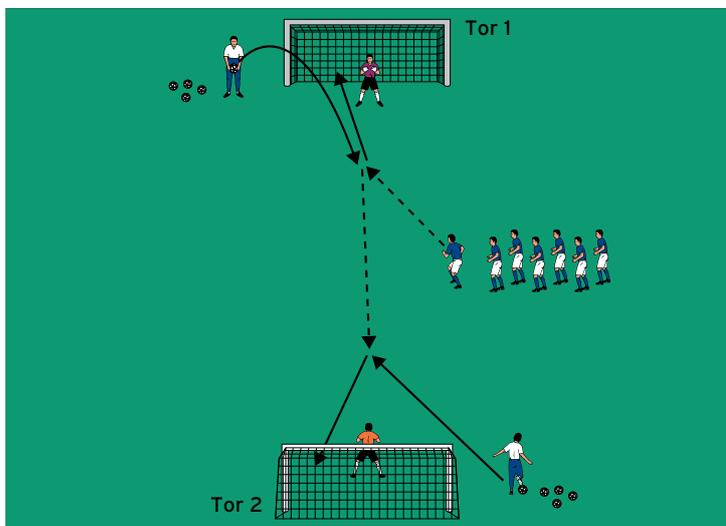


## THEMA: DIE SCHUSSTECHNIK VERBESSERN



### HAUPTTEIL 2:

## DOPPEL-ABSCHLUSS AUS DEM LAUF

### ORGANISATION

- ▶ Zwei Tore mit Torhütern 30 Meter gegenüber aufstellen
- ▶ Jeweils 1 Trainer postiert sich mit Bällen neben einem Tor
- ▶ Die Spieler stellen sich ohne Ball zwischen den Toren auf

### ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler startet, läuft zu Tor 1 und schießt den zugeworfenen Ball des Trainers per Kopf ab.
- ▶ Danach direkt zum Tor gegenüber laufen, und das flache Zuspiel per Vollspannstoß abschließen.
- ▶ Der nächste Spieler startet, sobald der Vordermann auf das Tor 1 abgeschlossen hat.
- ▶ Bei langsameren Spielern startet der nächste Spieler, wenn der Vordermann auf das zweite Tor geschossen hat.

### VARIATIONEN

- ▶ Per Volley mit dem Spann auf das Tor 1 abschließen.
- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Spieler übernehmen die Aufgabe der Zuspieler.
- ▶ Wettbewerb: Welcher Spieler erzielt bei 5 Durchläufen die meisten Treffer?
- ▶ Erleichtern: Statt Köpfen mit dem Fuß abschließen. Von der einen Seite nach einem flachen, von der anderen nach einem hohen Zuspiel.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Die Spieler sorgen dafür, dass die Trainer stets genug Bälle haben.
- ▶ So aufstellen, dass die Spieler in der Aktion nicht gestört werden.
- ▶ Beidfüßigkeit schulen und abwechselnd mit rechts und links abschließen.
- ▶ Erleichtern: Torschussdistanzen verringern.