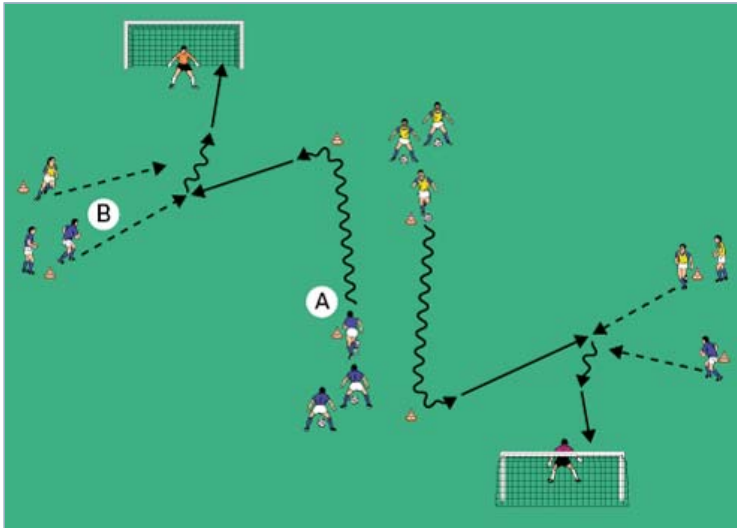




D- UND C-JUNIOREN

HAUPTTEIL 2: Dribbel-Torschuss II

von Mario Vossen (09.04.2013)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Gruppen beibehalten
- Die Positionshütchen verändern
- Je 1 Verteidiger bestimmen

Ablauf

- A dribbelt mit hohem Tempo in Richtung Passhütchen.
- Kurz vor Erreichen des Hütchens kappt er zur Seite ab und passt auf den vor das Tor startenden B.
- Gleichzeitig startet ein Verteidiger vor das Tor nach.
- B versucht, im 1 gegen 1 gegen den Verteidiger auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

Variationen

- Den Abstand des Verteidigers zu B variieren.
- Den Verteidiger unmittelbar im Rücken von B postieren.

Tipps und Korrekturen

- In dieser Trainingsform werden die in Hauptteil 1 kennengelernten Abläufe unter Gegnerdruck durchgeführt.
- Die Verteidiger sollen von Beginn an vollaktiv agieren.
- Die Verteidiger regelmäßig wechseln.

Im Themenschwerpunkt des Monats April auf Training & Wissen online widmen wir uns dem Torhütertraining. Altersgerechte Übungen für Ihre Junioren-Torhüter warten auf Sie. Dabei stellen wir Ihnen sowohl verschiedene Einzelübungen vor und verdeutlichen auch, wie Sie Ihre Keeper ins Mannschaftstraining integrieren können. Außerdem haben wir ein Interview mit Andreas Köpke geführt, der seine Übungen zusätzlich im Video präsentiert. Auf das Highlight unseres Themenschwerpunktes, das voraussichtlich Mitte April erscheint, können Sie sich derweil schon jetzt freuen: Zwei exklusive Online-Seminare für das Torhütertraining runden unser Angebot dann ab. Gerne können Sie uns auch von Ihren Erfahrungen mit dem Torhütertraining berichten.