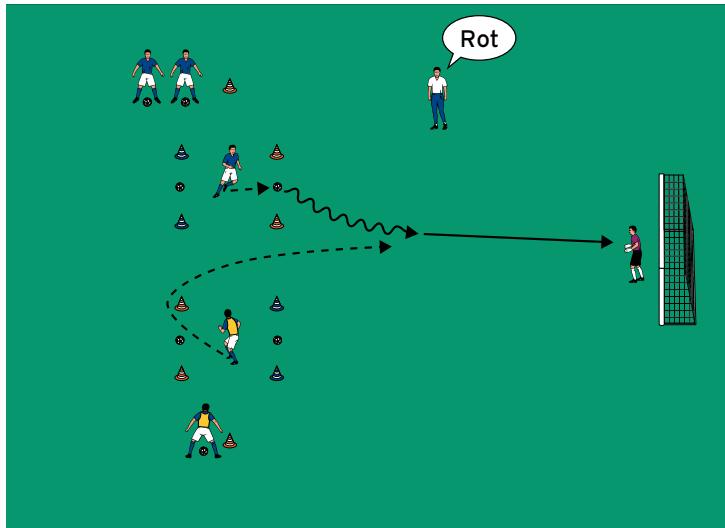




C-JUNIOREN



HAUPTTEIL 1:

FIRST-TOUCH-KONTROLLE UND TORSCHUSS I

ORGANISATION

- ▶ 20 Meter vor einem Tor mit Torhüter seitlich jeweils 2 verschiedenfarbige 2 Meter breite Hütchentore 5 Meter gegenüber aufstellen
- ▶ Seitlich vor den Hütchentoren jeweils ein Start-hütchen markieren und in jedes Hütchentor einen Ball legen
- ▶ Zwei Teams bilden
- ▶ Die Spieler mit Bällen an die Starthütchen verteilen
- ▶ Der jeweils erste Spieler stellt sich ohne Ball zwischen die Hütchentore

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er die Farbe eines Hütchentores aufruft.
- ▶ Der Spieler, dessen aufgerufenes Hütchentor näher zum Tor steht, nimmt aus dem Tor ins Dribbling mit und schießt.
- ▶ Der Spieler, dessen aufgerufenes Hütchentor entfernt zum Tor steht, läuft durch das Hütchentor und versucht den anderen Spieler vor dem Torschuss abzuschlagen.

VARIATIONEN

- ▶ Der Spieler, dessen aufgerufenes Hütchentor weiter vom Tor entfernt steht, darf schießen.
- ▶ Aus dem Liegestütz, aus der Hocke oder liegend starten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Schusszone markieren: Gültige Treffer nur aus der Schusszone zulassen, in die die Spieler zunächst dribbeln müssen.
- ▶ Bei Ungleichzahl regelmäßig neue Teams bilden.