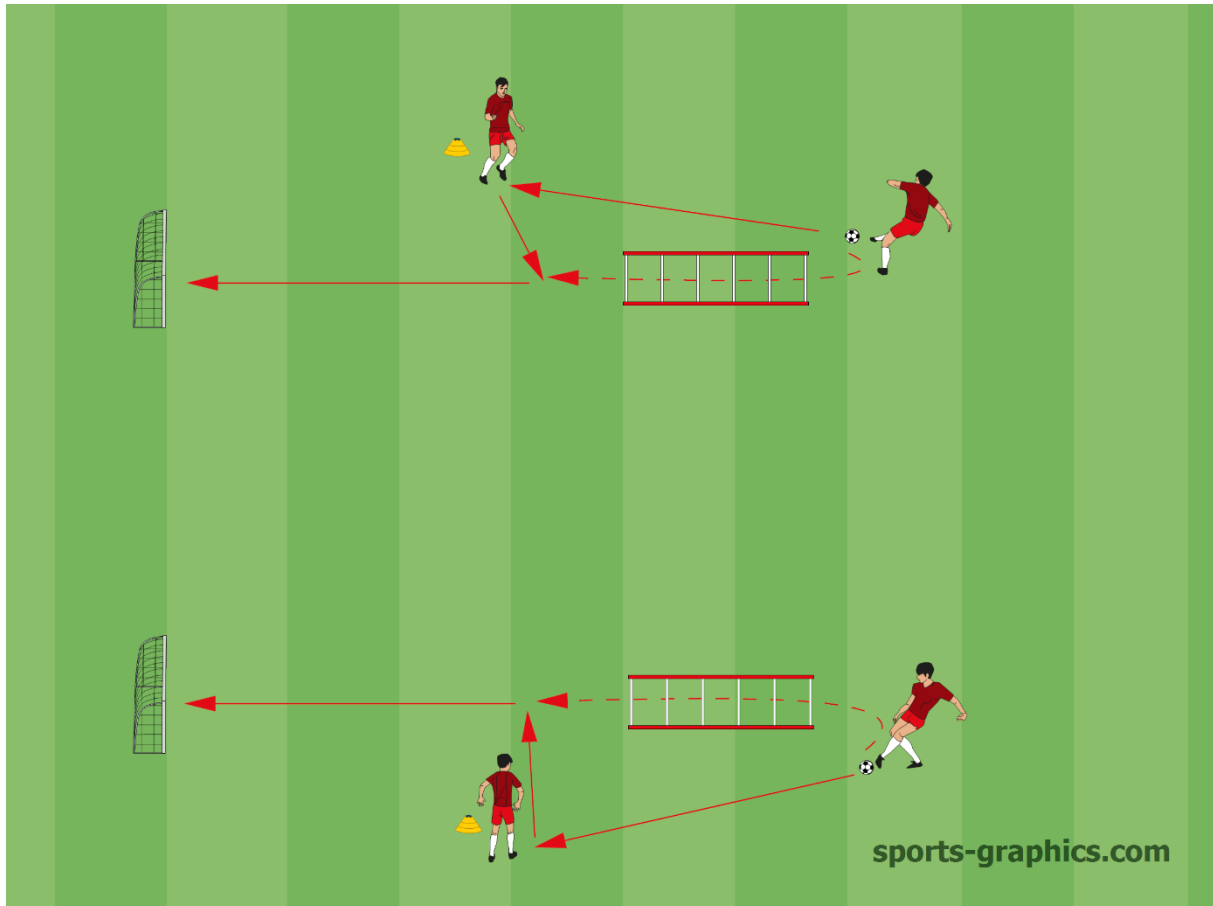


# Koordination-Torschuss



10 Minuten

## **Organisation:**

- 2 Minitor gemäß Abbildung aufstellen
- Errichte 15 Meter vor jeden Minitor eine Koordinationsleiter
- Markiere 2 Hütchen und positioniere dort einen Spieler
- Der Spieler an der Koordinationsleiter hat einen Ball

## **Ablauf:**

- Der ballbesitzende Spieler passt zum Spieler am Hütchen
- Anschließend durchläuft er die Koordinationsleiter nach Vorgabe des Trainers
- Der Ballempfänger lässt prallen
- Anschließend Abschluss auf das Minitor
- Aufgabenwechsel
- Mehrere Bälle bereitlegen

## **Variationen:**

- Minitore mit Großstoren und Torhütern ersetzen
- Abschlüsse nur mit dem schwachen Fuß
- Verschiedene Sprungvarianten durch die Leiter: Einbeinig, Zweibeinig, Rückwärts, Doppelschritt usw.

## **Coaching:**

- Koordination
- Passen
- Zielabschluss
- Konzentration

Eigene Infos: \_\_\_\_\_