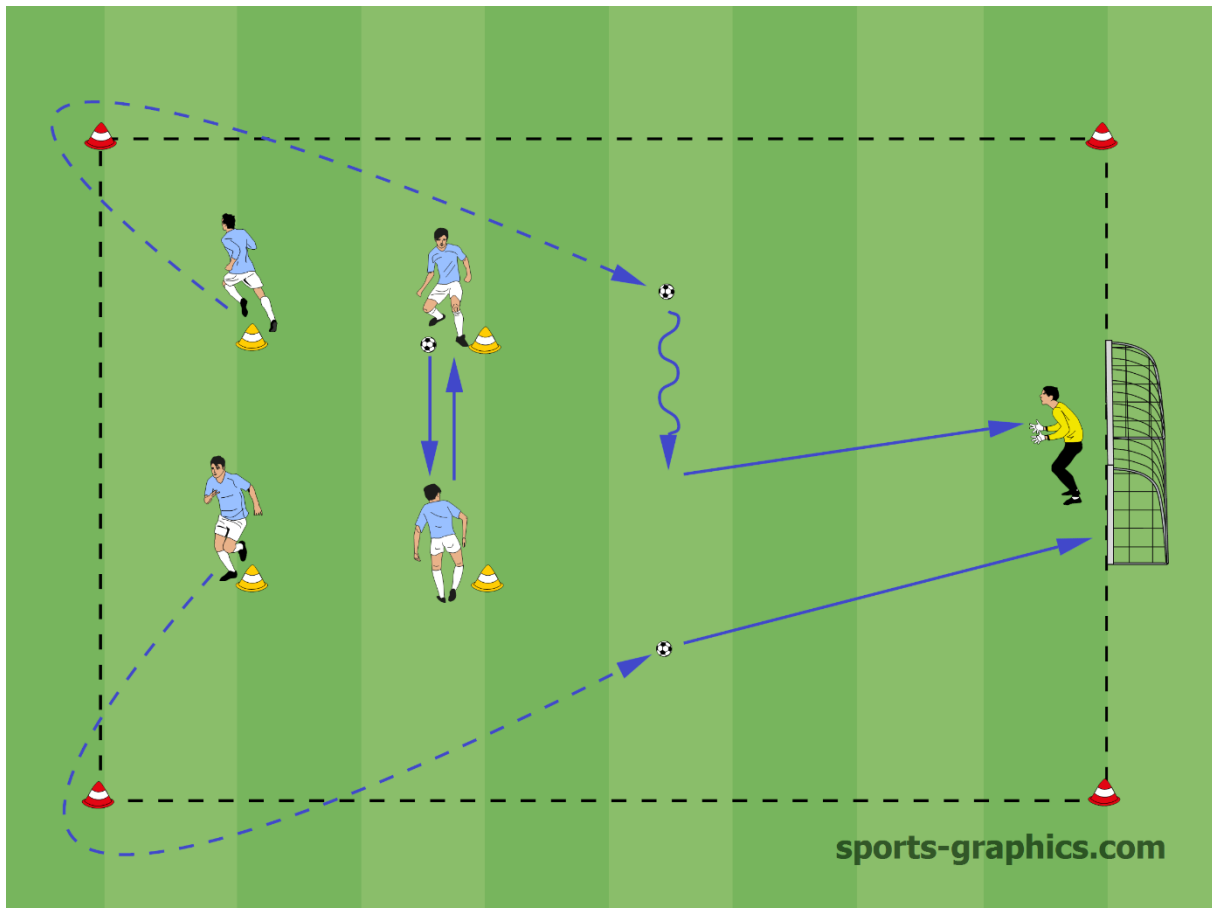


# Optisches Signal Torschuss



Dauer 15 Minuten

## Organisation:

- Markiere ein Feld ( Größe 30 x 25 Meter )
- Ein Tor mit Torhüter auf der Grundlinie Postieren
- Errichte zentral im Feld eine Passstation gemäß Abbildung ( 10 Meter ) und besetze diese mit je einen Spieler ( 1 Ball )
- Neben der Passstation je einen Ball ablegen zum Torschuss
- Errichte 5 Meter hinter der Passstation je eine Startposition und besetze diese mit Spieler

## Ablauf:

- Die beiden Spieler passen sich den Ball zu
- Nach 5 Pässen stoppt einer von ihnen den Ball
- Anschließend starten die beiden Läufer jeweils um ihr Eckhütchen und sprinten in Richtung Ball
- Wer seinen Ball zuerst erreicht schießt sofort auf das Tor
- Der zweite Spieler dribbelt parallel nach Innen und schießt anschließend auf das Tor ab

## Variationen:

- 2 Minitore aufstellen, wenn kein Torhüter vorhanden ist
- Pässe an der Passstation variieren

## Coaching:

- Antrittsschnelligkeit
- Richtungswechsel
- Wahrnehmungsfähigkeit
- Reaktionsfähigkeit
- Torbschlüsse

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