



Aufwärmen

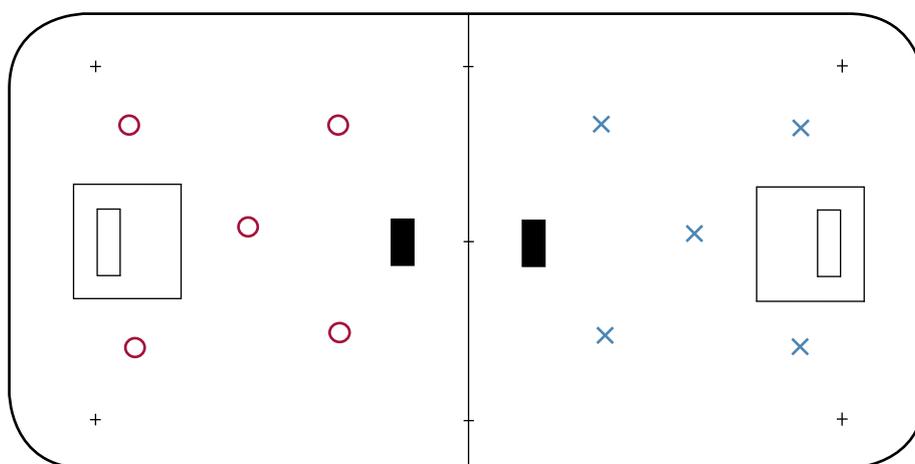
Hauptteil

Spielteil

## TORE IN DER MITTE

### Thema/Ziel der Übung:

- > Veränderte Spielfeldsituation
- > Viele Tor-/Slotsituationen
- > Viele Abschlüsse
- > Spielverständnis



### ABLAUF

Die Tore werden nahe der Mitte aufgestellt, im Abstand von etwa 2 Metern zur Mittellinie, mit der Öffnung nach aussen (nicht gegen die Mittellinie). Gespielt wird 4:4 oder 5:5. Es ist erlaubt, Tore auf beiden Seiten zu erzielen.

### VARIATION

- > Mannschaftsgrösse variieren
- > Einen Joker einsetzen, der immer mit der offensiven Mannschaft spielt (Überzahl)
- > Tore sind nur mit einem Direktschuss erlaubt (One-Timer)
- > Tore sind erst nach 3 Passstationen erlaubt
- > 2-Sekunden-Regel (Ball darf nicht länger gehalten werden)

### TIPS UND KORREKTUREN

Die Spieler sollen sich bewusst sein, dass der Torhüter eigentlich keine Verteidiger hat (kein unkontrolliertes Schlagen auf Finger des Torhüters!). Schnelle Seitenverlagerung fordern, Raum nutzen, nicht alle Spieler auf einer Seite.