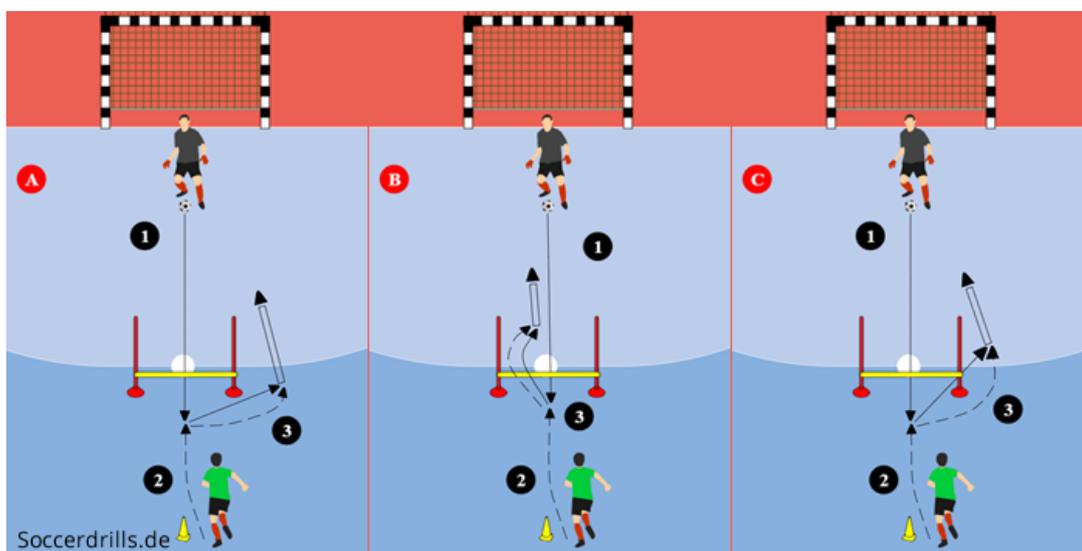


## Futsal/Techniktraining - Erstkontakte 2

### Organisation A bis GD:

- Du benötigst eine Hürde, ein Hütchen, ein Tor und ausreichend Bälle. Wenn du die Abläufe D bis G anbieten möchtest, kommen 4 Bodenmarkierungen hinzu.
- Die Hürde wird zentral, in guter Schussentfernung vom Tor entfernt, aufgebaut. Die Hürde ist so hoch, dass ein Ball unterdurch passt.
- Noch weiter vom Tor entfernt wird das Hütchen aufgestellt, es markiert die Startposition für den späteren Torschützen.
- Für die Abläufe D bis G werden die Bodenmarkierungen so ausgelegt, dass sich verschiedene Passwinkel und Entfernungen zum Startspieler ergeben.
- Die Teams werden auf die Positionen verteilt, ein Torwart steht im Tor.



### Ablauf A:

1. Der Torwart passt zum gestarteten Spieler. Ein Flachpass, er passt unter die Hürdenstange hindurch.
2. Der Startspieler läuft zum Ball, der erste Ballkontakt wird mit dem rechten Innenrist ausgeführt, wenn der Pass auf seine rechte Seite erfolgt. Ausführung mit dem linken Innenrist, wenn der Pass auf seine linke Seite gespielt wird.
3. Der Ball wird an einer Stange vorbeigespielt, dann startet der Spieler wieder zum Ball und schießt aufs Tor.

### Varianten zu A:

- Der erste Kontakt erfolgt mit dem Außenrist.
- Der erste Ballkontakt erfolgt mit dem anderen Fuß (siehe Ablauf unter 2.).
- Der Ball wird mit der Sohle, aber nur mit einem Kontakt, an der Stange vorbeigezogen.
- Wettkampf: Wer erzielt nach fünf Durchläufen die meisten Tore, korrekte Ausführung wird vorausgesetzt?

### Ablauf B:

- Ablauf B entspricht dem Ablauf A.
- Bei 3. lupft der Spieler den Ball über die Hürdenstange, springt über die Stange und schießt sofort aufs Tor.

### Variante zu B:

- Wettkampf: Wer erzielt nach fünf Durchläufen die meisten Tore, korrekte Ausführung wird vorausgesetzt?

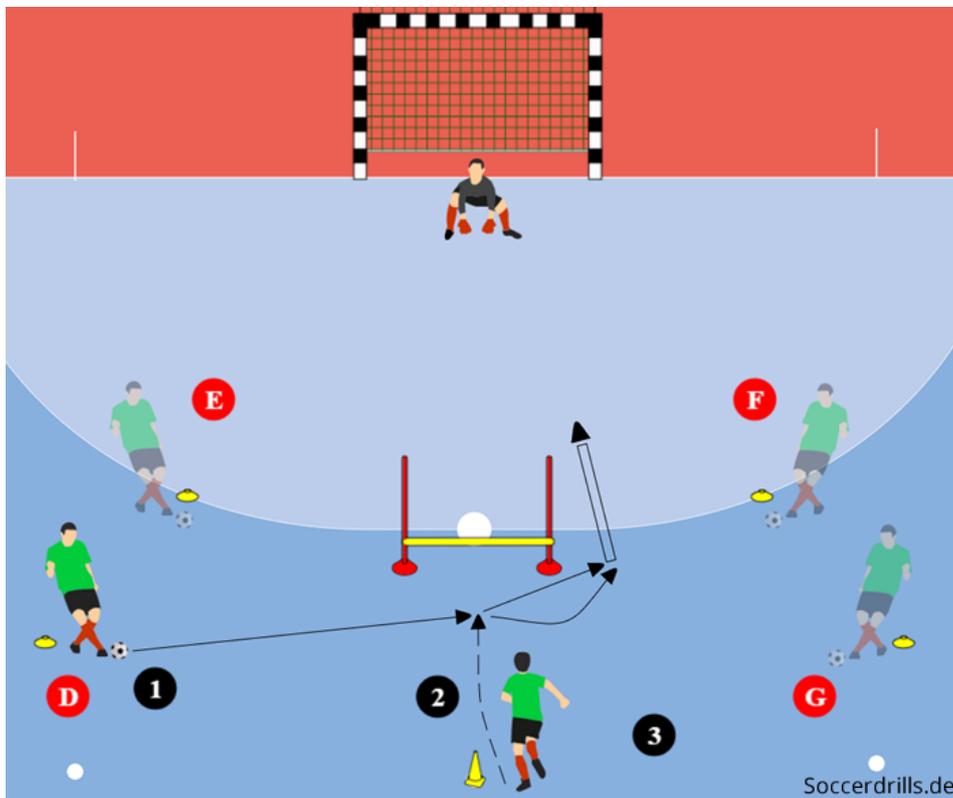
## Futsal/Techniktraining - Erstkontakte 2

### Ablauf C:

- Ablauf C entspricht Ablauf A.
- Bei 3. legt sich der Spieler den Ball mit dem ersten Kontakt seitlich unter die Hürdenstange hindurch vor, umläuft diese und schließt sofort ab. Erfolgt der Pass vom Torwart auf seine rechte Seite, legt er mit links, wird der Pass auf die linke Seite gespielt, legt er mit rechts vor.

### Varianten zu C:

- Der erste Kontakt erfolgt mit dem Außenrist.
- Der erste Ballkontakt erfolgt mit dem anderen Fuß (siehe Ablauf unter 2.).
- Der Ball wird mit der Sohle, aber nur mit einem Kontakt, gezogen.
- Wettkampf: Wer erzielt nach fünf Durchläufen die meisten Tore, korrekte Ausführung wird vorausgesetzt?



### Abläufe D bis G:

- Die Abläufe D bis G entsprechen dem Ablauf A, B oder C.
- Ein Passgeber wird an einer markierten Position postiert. Das Zuspiel erfolgt jetzt aus einem anderen Winkel.

### Varianten zu D bis G:

- Nutze die Varianten von A bis C.