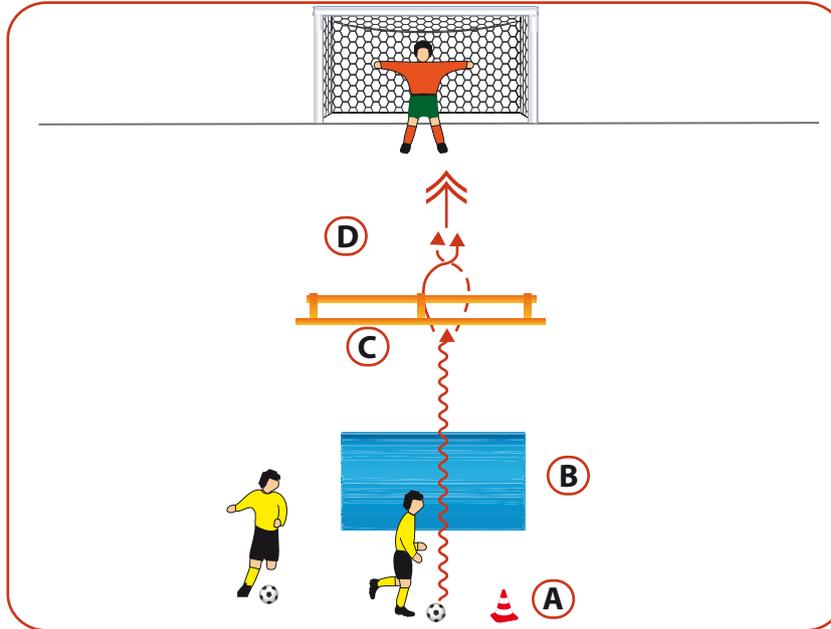




Sprungtorschuss

Soccerdrills.de



- A** Hohes Tempo beim Dribbling in Torrichtung, der Ball wird eng am Fuß geführt.
- B** Dribbling über die Bodenmatte, ohne die Kontrolle zu verlieren.
- C** Der Ball wird mit viel Gefühl über die Gymnastikbank gelupft.
- D** Der Torschuss erfolgt nach dem Sprung über die Bank. Empfehlenswert ist auch erst die Ballkontrolle und dann der Schuss. Der Abstand der Bank zum Tor sollte vergrößert werden.

Variationen:

- Verschiedene Schusstechniken.
- Der Ball wird bereits vor der Bank aufs Tor geschossen.
- Den Ball über die Matte jonglieren.

Tipp:

- Immer Beidbeinigkeiit trainieren.

Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					

———> Pass - - - - -> Laufweg ~~~~~> Dribbling ———> Torschuss ~~~~~* Wendetechnik