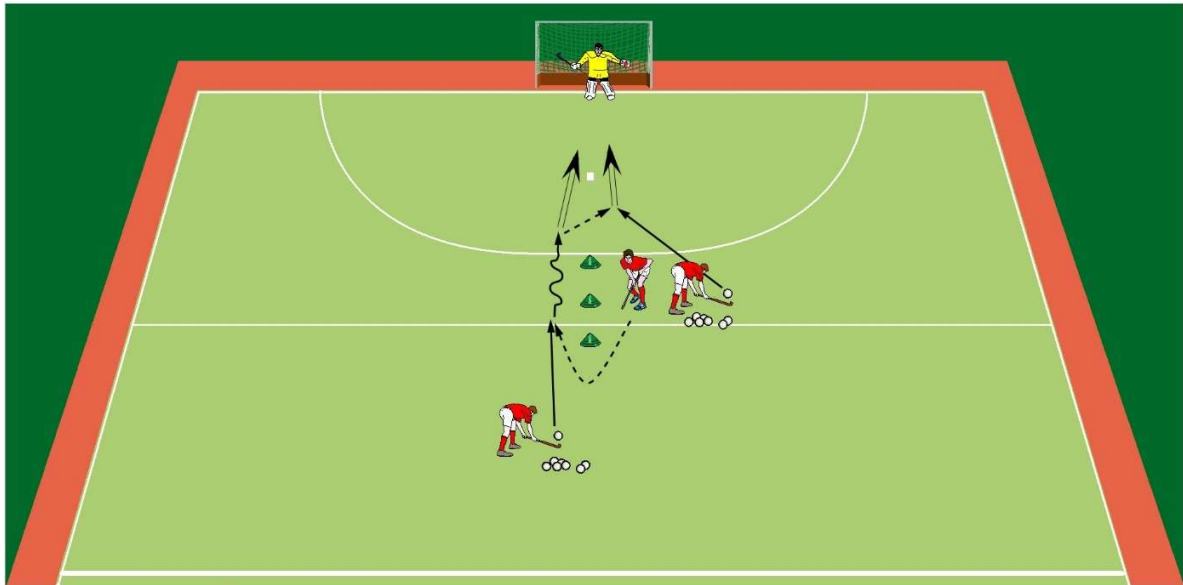


## Marc 1 Vorkommen und steiles Anspiel



### Organisation

Eine Hütchenreihe zwischen Schusskreisrand und Viertellinie stellen. Es gibt einen Zuspieler mit Bällen zwischen Viertel- und Mittellinie, einen Stürmer zwischen Schusskreisrand und Viertellinie rechts neben der Hütchenreihe und einen Zuspieler mit Bällen, der – mit 1,5 Meter Abstand – auf derselben Position wie der Stürmer steht. Ein Torwart ist im Tor.

### Beschreibung

Der Stürmer kommt um die Hütchenreihe vor und kriegt ein steiles Anspiel vom 1. Zuspieler. Er nimmt den Ball an und mit, geht in den Schusskreis und schießt aufs Tor. Dann kriegt er einen zweiten Ball vom 2. Zuspieler. Diesen nimmt er an und bringt ihn direkt aufs Tor. Der 2. Zuspieler wird jetzt zum Stürmer und die Übung startet von Neuem.

### Variationen

Die Übung kann man auf beiden Seiten spielen. Auf der rechten Seite kann der Stürmer den Pass entweder in die hohe Rückhand kriegen oder er läuft eine größere Kurve und fordert den Ball in die Vorhand. Vor den Schusskreis kann eine Stange gelegt werden, die der Stürmer umspielen muss, bevor er aufs Tor schießt.