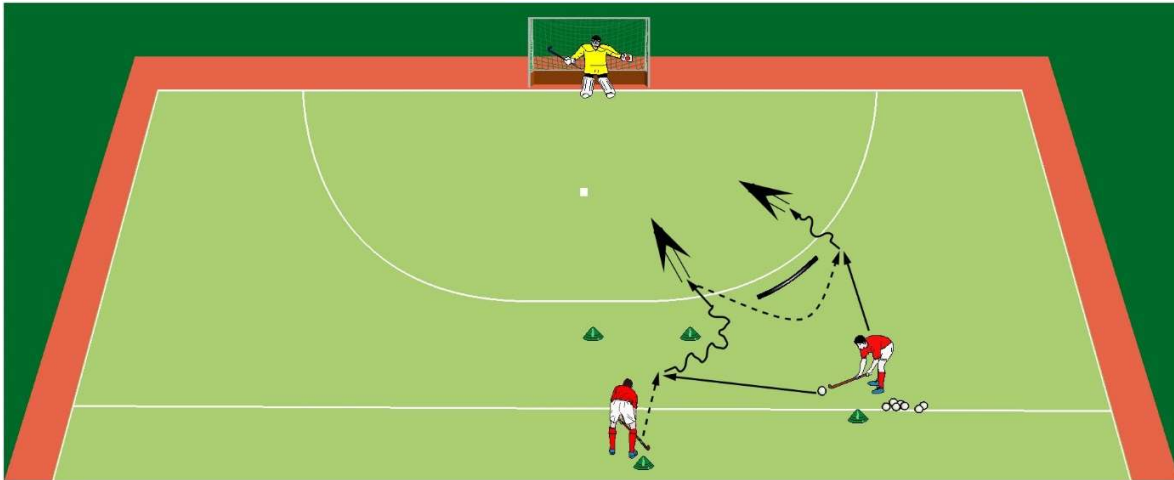


Akim 1 Ballannahme und -mitnahme mit Aktion



Organisation

Ein Hütchentor etwas rechts und eine Stange halbrechts vor den Schusskreis legen. Einen Spieler kurz vor der Viertellinie vor das Hütchentor und einen Zuspieler mit Bällen halbrechts auf der Viertellinie aufstellen. Einen Torwart ins Tor.

Beschreibung

Der Spieler startet und kriegt von dem Zuspieler einen Pass in den Rücken. Er muss den Ball annehmen und schnell nach vorne holen und dann rechts am Hütchentor vorbei dribbeln. Im Schusskreis schießt er aufs Tor. Dann läuft er zurück und um die Stange und kriegt ein zweites Zuspiel in die Rückhand. Er nimmt den Ball im Laufen an, geht in den Schusskreis und schießt aufs Tor.

Variationen

Die Übung kann sowohl von rechts als auch von links ausgeführt werden.