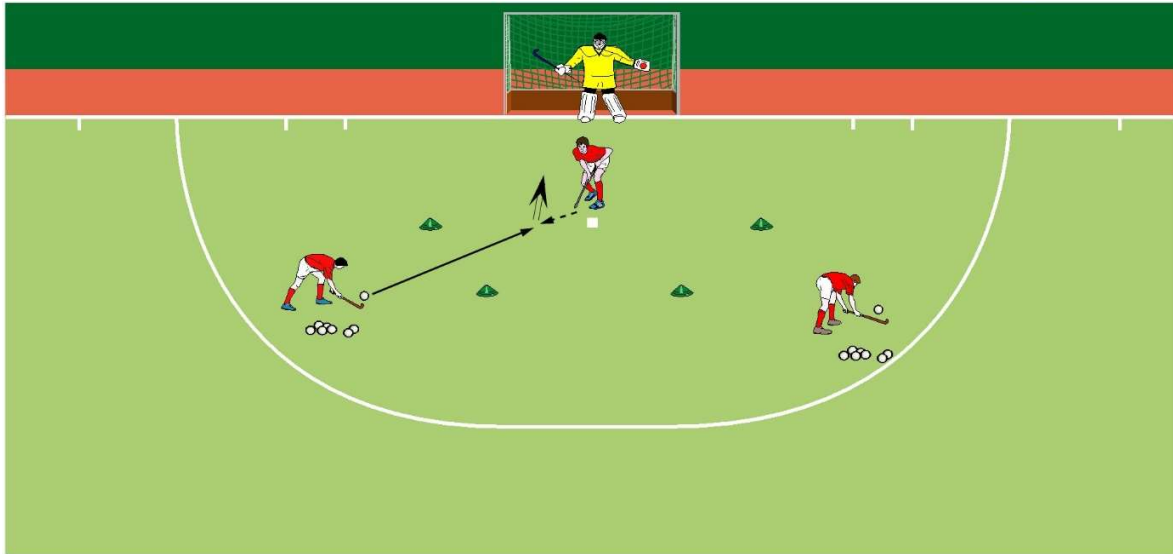


## Flo 1 Box-Training mit Torschuss



### Organisation

Drei Spieler im Schusskreis aufstellen. Einen Stürmer zwischen 7m-Punkt und Torwart (Box) und zwei Zuspieler mit Bällen halblinks- und halbrechts aufstellen. Zwischen Zuspieler und Stürmer wird jeweils ein Hütchentor gestellt. Ein Torwart ist im Tor.

### Beschreibung

Der Stürmer kriegt abwechselnd von den Zuspielern Pässe zugespielt, die er aufs Tor bringen muss. Es gibt verschiedene Torschussvarianten, wie z.B.: Ball hochnehmen und mit der hohen Rückhand aufs Tor bringen, Vorhand-/Rückhandschlenzer, ... Wichtig ist, dass der Ball schnell aufs Tor gebracht wird. Der Mindestabstand von 2 Metern muss zwischen Stürmer und Torwart eingehalten werden. Sollte das nicht möglich sein, kann die Übung auch ohne Torwart gespielt werden.

### Variationen

Der Trainer kann ansagen, welcher Zuspieler dran ist. Es können auch gehoppelte Bälle gespielt werden.