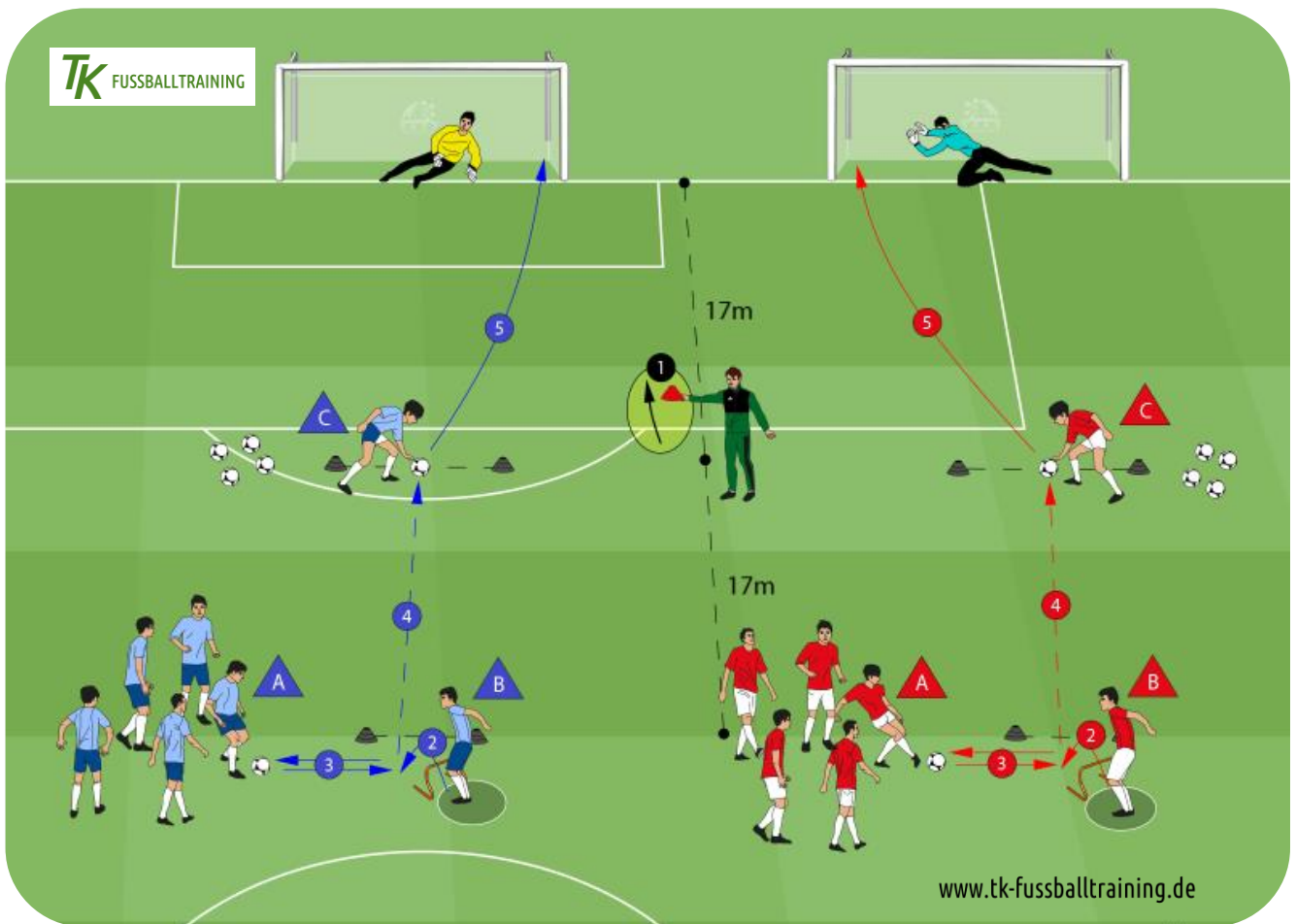


## Torschusswettbewerb mit Schnelligkeitstraining III



### Organisation

2 Mannschaften einteilen. Die Positionen A, B und C entsprechend mit Spielern besetzen.

2 Tore nebeneinander im Abstand von ca. 10-12m aufstellen und mit je 1 TS besetzen.

17m vor dem Tor eine Schussposition mit einem 5m-breiten Hütchentor markieren.

34m vor dem Tor ein 3m breites Hütchentor aufbauen, hinter dem sich eine 30-40cm hohe Minihürde befindet, wo sich jeweils der aktive Spieler befindet.

Daneben im Abstand von ca. 3m jeweils 1 Mitspieler mit Ball.

### Ablauf

Der Trainer gibt das optische Startsignal, indem er ein Hütchen o.ä. nach oben hält.

Der aktive Spieler (B) springt nun über die Minihürde und wird vom Mitspieler (A) flach angespielt. Spieler (B) lässt das Anspiel klatschen und sprintet nun nach vorne Richtung Strafraum, um den von einem anderen Mitspieler (C) dort platzierten Ball direkt aus 17m auf das Tor zu schießen.

- Wer zuerst schießt bekommt 2 Punkte
- Für einen Torerfolg gibt es 1 Punkt

Der Spieler, der geschossen hat, bringt sein Ball wieder zur Schussposition, um ihn dort im Hütchentor für den nächsten Schützen abzulegen. Nun stellt sich dieser wieder an, um als Wandspieler (A) zu agieren.

### Coaching-Punkte

Auf max. Tempo bei der Sprintstrecke achten

Trainer ist Schiedsrichter: Wer schießt zuerst?

### Variationen

Der Trainer hat verschiedenfarbige Hütchen.

Nur eine bestimmte Farbe gilt als Startsignal

[www.tk-fussballtraining.de](http://www.tk-fussballtraining.de)

[f](#) Anwenderhandbuch Fussballtraining

[@](#) tk\_fussballtraining