

10

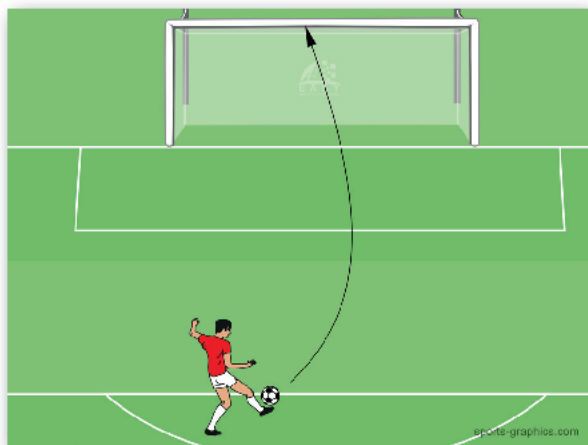
Zielschuss

Trainingshilfen

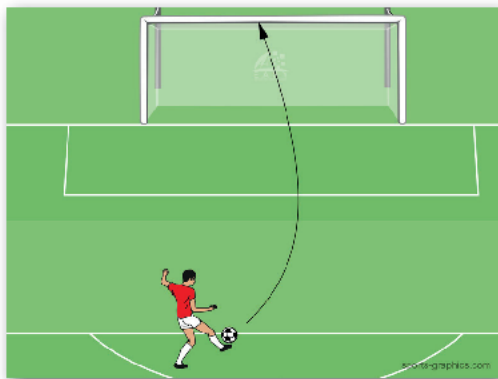
Großfeldtor
Fußball

Organisation

Die Startposition ist die 16-Meter-Linie. Der Spieler kann den Ball bei jedem Versuch an einem beliebigen Punkt auf der Linie positionieren.

**Übungsablauf**

Der Spieler hat 6 Versuche, um entweder die Torlatte oder die Torpfosten zu treffen. Das Treffen der Torlatte wird mit 3 Punkten und das Treffen der Torpfosten mit 1 Punkt gewertet. Wird das Lattenkreuz getroffen, gibt es 5 Punkte.



Variationen

Die Hälfte der Versuche muss mit dem schwachen Fuß erfolgen. Dafür wird die Punktzahl für diese Versuche verdoppelt.

Coaching Tipps

Anwenden der Innenseite und entwickeln einer eigenen Anlauf-Routine sind von Vorteil.

Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

