

14

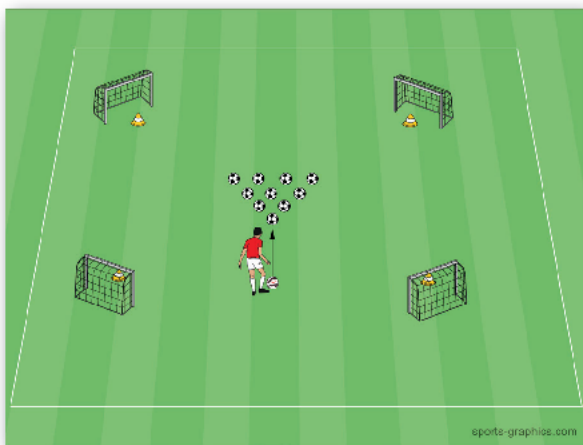
Billard

Trainingshilfen

- 11 Fußballbälle
- 4 Minitore
- 4 Kegel

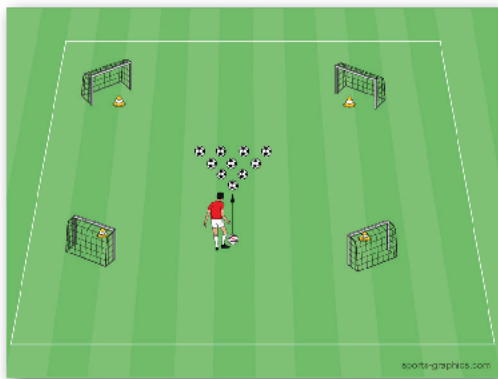
Organisation

Ein 15x15 Meter großes Quadrat mit den Kegeln, Minitoren und Bällen gemäß der Abbildung aufbauen. markieren. Der Spielball sollte gut von den anderen Bällen zu unterscheiden sein.



Übungsablauf

Der Spieler muss mit dem Spielball die 10 „Kugeln“ in den Minitoren versenken. Nach einem Schuss muss der Spieler abwarten bis der Spielball und die Kugeln ruhen, dann kann er fortfahren. Es werden die Versuche gezählt bis alle Kugeln in den Minitoren liegen.



Variationen

Die Minitorer werden umgedreht und erhöhen den Schwierigkeitsgrad.

Coaching Tipps

Taktisch vorgehen und das Abprallen des Spielballes für den nächsten Versuch einberechnen.

Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

