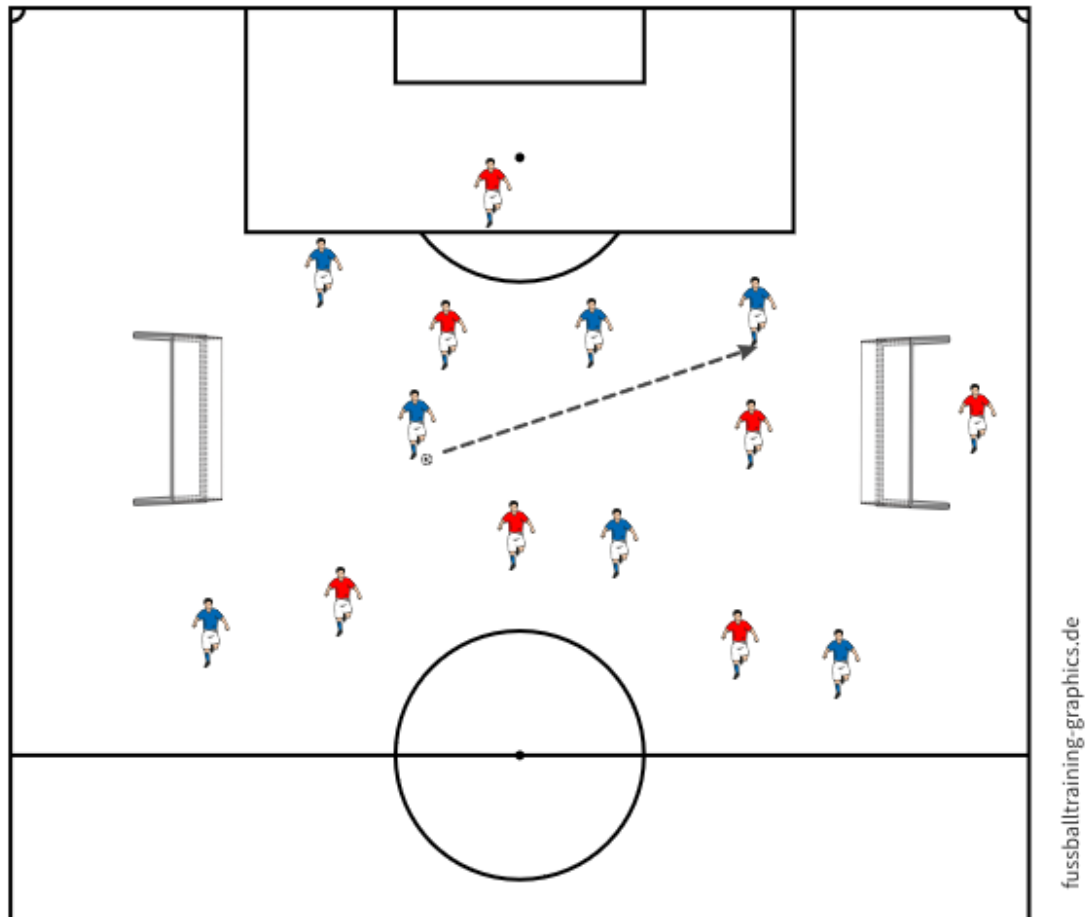


verkehrte Tore



Auch beim Konditionstraining kann man durchaus den Ball mit einbauen, was gerade bei Jugendmannschaften sehr förderlich sein kann.

In der vorliegenden Übung sollen zwei Tore umgekehrt, d. h. mit der Öffnung zur Seitenauslinie, abgestellt werden (Abstand zum Seitenaus: ca. 6 Meter). Nun spielt man mit zwei Mannschaften in einem ganz normalen Fußballspiel auf diese zwei Tore, die nicht zwingend mit Torhütern besetzt sein müssen.