

Torschuss nach Quersprint

Alle Spieler stellen sich an der Seitenauslinie ca. 20 Meter von der Eckfahne entfernt auf. Jeder Spieler hat einen Ball. Der erste Spieler startet in vollstem Tempo zur gegenüberliegenden Außenseite und gibt in der Mitte des Platzes einen Torschuss ab. Danach startet der nächste Spieler usw. Wenn alle Spieler auf der anderen Seite angekommen sind, startet die Übung von dort erneut. Somit geben alle Spieler aus vollem Lauf und leichter Drehung Torschüsse mit beiden Füßen ab.