

Übungstitel: Goalkeeper

Übungsdauer: ca. 10 Minuten

Trainingsumgebung: Tennisplatz

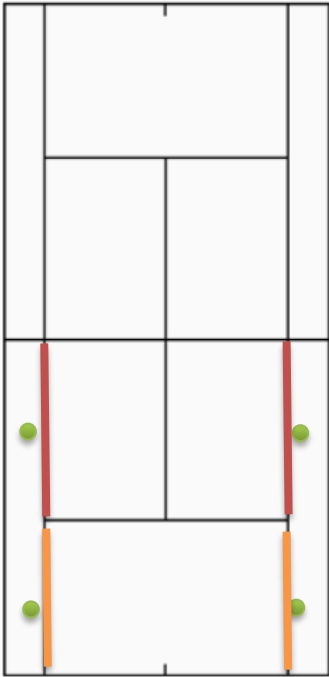
Gruppengröße: 2-6

Niveau: ☒ einfach ☐ mittel ☐ anspruchsvoll

Ausdauer/Energie: ☐ wenig ☒ mittel ☐ viel

Übungsziele: Einwärmen, Ballgefühl

Sicherheitsaspekte: Aufpassen auf Bälle nahe bei den Toren

Dauer	Übung/Spielform	Organisation	Material
ca. 10 Minuten	<ul style="list-style-type: none">• Alle sind Torhüter (Goalkeepers)• Das Ziel ist es, Tore zu schießen und selbst keine Tore zu bekommen• Gespielt wird mit dem Schläger als eine Art Unihockeyschläger• Bälle dürfen nur dem Boden nach rollen, nicht aufspringen• Beispielsweise spielen, bis jemand 10 Tore gemacht hat oder auf eine bestimmte Zeit (z.B. 3 Minuten)		<ul style="list-style-type: none">• Bälle• Hütchen