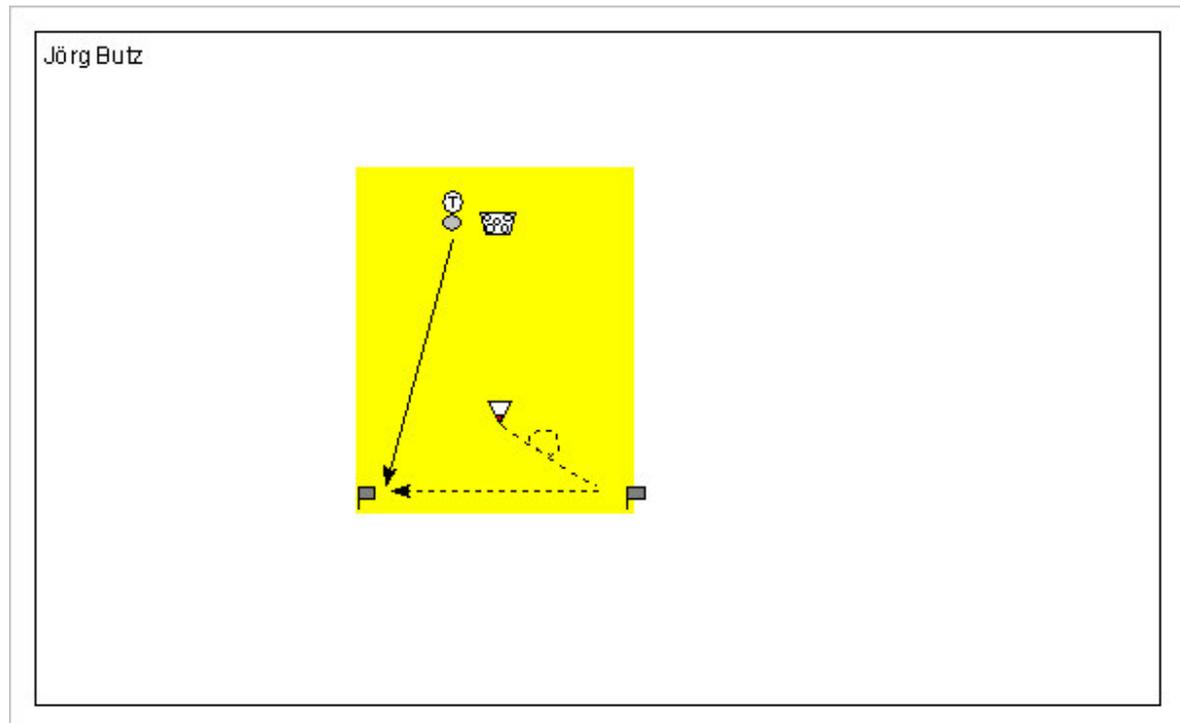


## Torwart - Training Abwehren von flachen Bällen



### Organisation der Übung

Der Torhüter steht 5 Meter vor dem Tor, der Trainer im Rückraum.

### Ablauf

Auf Handzeichen des Trainers rollt der Torhüter rückwärts über die rechte / linke Schulter, kommt auf die Füße und wehrt den Flachschuß des Trainers zu der entgegengesetzten Seite ab.  
Auf Pausen zwischen den einzelnen Aktionen achten !