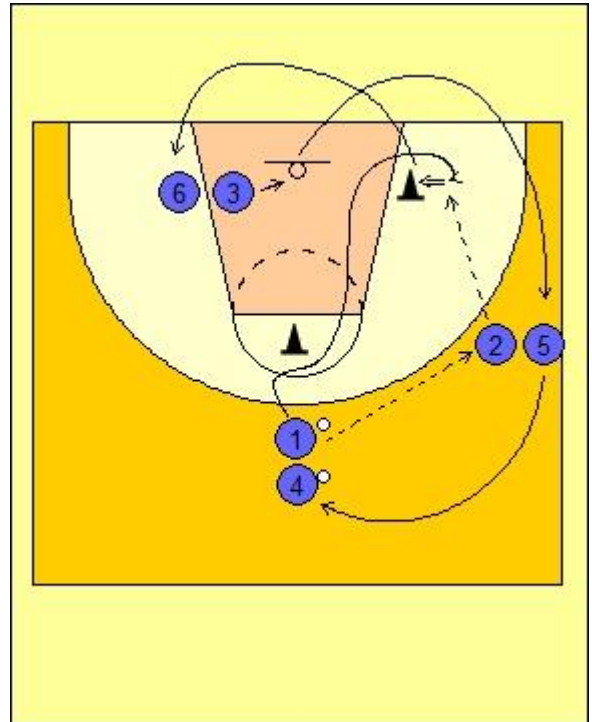


Corner Shooter

Spieler (optimal)	Spieler (min./max.)	Altersklasse	Bälle	Körbe
6	6/10	U16	2	1

Übungsbeschreibung:

- Aufstellung wie rechts.
- Aufbau O1 passt den Ball zum Flügel O2.
- Danach macht er einen „Jap Step“ zur Weakside und schneidet vor der Fahnenstange in die Zone und bietet sich dort für einen Pass an.
- Danach cutet er auf der Ballseite hinter der Fahnenstange in den Corner, erhält direkt nachdem er die Fahnenstange passiert hat den Ball, bringt sich durch eine Drehung (Auflösung im 2-Kontaktstopp) in eine gute Wurfposition und wirft.
- O3 holt den Rebound und passt zu O2, der inzwischen die Position von O1 eingenommen hat. O1 stellt sich beim Rebound an und O3 auf der Flügelposition.



Variation

- Linke und rechte Seite

Lerneffekt/ Ziel der Übung

- Wurftraining
- Wurfposition

Organisation/ Bemerkungen:

- Es ist darauf zu achten, dass der Werfer erst die Drehung zu Ende führt und dann den Wurf nimmt. Es soll NICHT aus der Drehung geworfen werden.
- Der Wurf soll schnell genommen werden.
- Timing beim Pass von O2 auf O1 in den Corner

- Vergleiche Taktik 015

Durchführung in Trainingsphase:

Enthält folgende Elemente:

Warm up	Warm up2 (2. Übung)	Mitte	Ende	Cooldown	Dribbling/ Ballhandling	Passen/ Fangen	Lay up	Wurf	Kond.	Koord.	Defense	Spiel
	X	X				X		X				