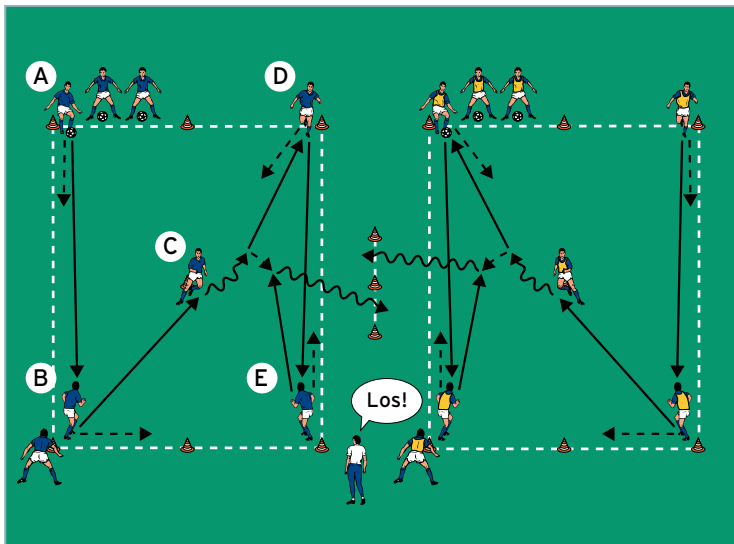


AUFWÄRMEN 2: Schnelle Passfolge

von Ralf Peter (19.04.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Zusätzlich zwischen den Feldern eine doppelte Ziellinie markieren
- 2 Mannschaften bilden und den Feldern zuweisen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die Spieler bei A haben Bälle

Ablauf

- Der Trainer startet per Zuruf die Aktion: Die beiden Teams spielen sich in den eigenen Reihen zu.
- A passt zu B, der auf C weiterleitet.
- C nimmt kurz an und mit und spielt zu D weiter.
- D passt zu E, der auf C prallen lässt.
- C kontrolliert das Zuspiel und dribbelt schnellstmöglich über die Ziellinie.
- Der Spieler, der zuerst die Linie überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

Variationen

- Nur mit rechts/links passen bzw. an-/mitnehmen.
- Die Spieler dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten agieren (annehmen, spielen).
- Die Spieler müssen im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Nach einem kompletten Durchgang können die Spieler die Reihenfolge ändern, damit nicht immer die gleichen Akteure gegeneinander antreten.
- Darauf achten, dass C auch das zweite Zuspiel am zentralen Hütchen erwartet und nicht schon vorzeitig in Richtung Ziellinie wegstartet.