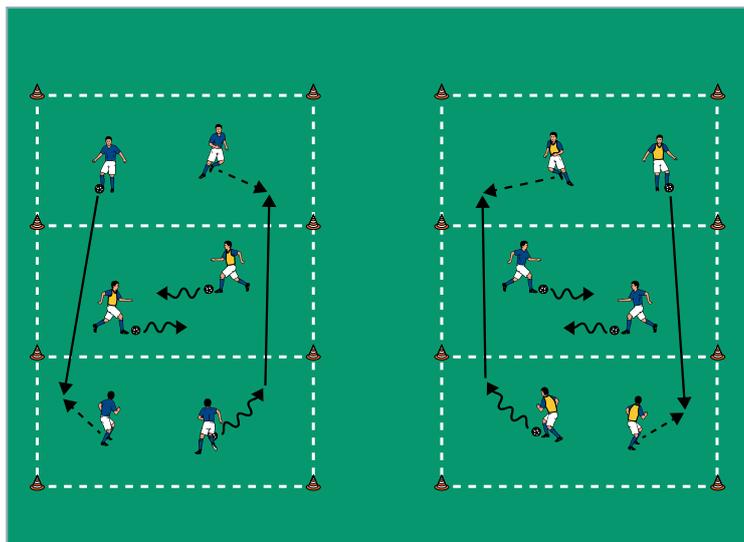


AUFWÄRMEN 1: Sektor-Passspiel I

von Mario Vossen (17.05.2016)



Organisation

- Zwei 18 x 10 Meter große Felder markieren
- Die Felder in Drittel unterteilen
- 2 Mannschaften zu je 6 Spielern bilden
- Paare mit je 1 Ball bilden und auf die Felder verteilen
- Jede Mannschaft stellt 2 Störspieler mit je 1 Ball im zentralen Drittel ab

Ablauf

- Die beiden Störspieler dribbeln frei zwischen den Feldern.
- Die anderen Spieler versuchen, jeweils in das andere Feld zu passen, ohne einen der Störspieler zu treffen.
- Vor jedem Pass führen die Ballbesitzer eine Finte im Feld aus, bevor der nächste Pass gespielt wird.
- Die Störspieler verhindern die Pässe nicht aktiv.

Variationen

- Die Störspieler können aktiv Pässe blocken. Sie müssen jedoch den eigenen Ball weiterhin am Fuß führen.
- Nur mit rechts/links passen.
- In jedem Feld mit nur 1 Ball passen.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler lernen, die Pässe scharf und gezielt in das andere Feld zu spielen.
- Die Spieler ohne Ball fordern durch ein entsprechendes Freilaufen die Zuspiele.
- Die Störspieler nach jeweils 2 Minuten wechseln.