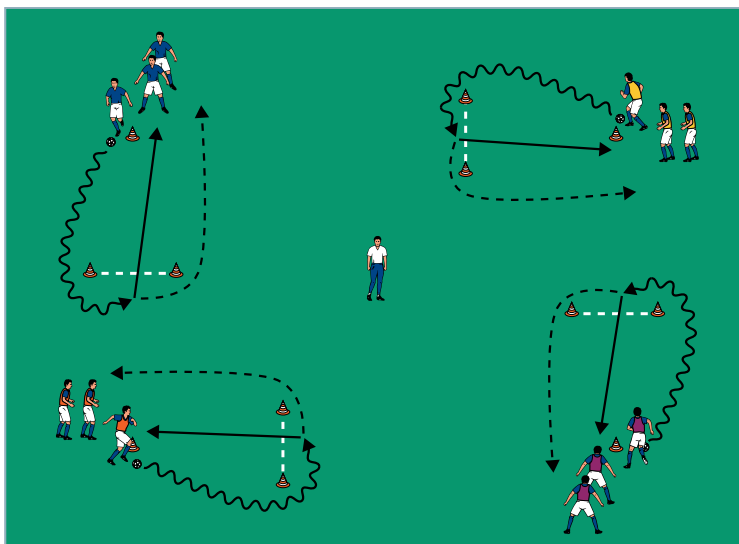


AUFWÄRMEN 1: Hütchen-Tor-Passspiel

von Klaus Pabst (14.06.2016)



Organisation

- Vier Starthütchen im Abstand von 20 Metern markieren
- Jeweils mittig zwischen 2 Starthütchen quer ein 2 Meter breites Hütchentor aufstellen
- 4 Teams zu je 3 Spielern einteilen und jedes Team mit einem Ball an einem Starthütchen postieren

Ablauf

- Die ersten Spieler jedes Teams starten gleichzeitig, umdribbeln das rechte Hütchentor, passen durch das Hütchentor zum nächsten Spieler und laufen zum Hütchen zurück.
- Jeder Pass durch das Hütchentor ergibt 1 Punkt.
- Welches Team gewinnt zuerst 20 Punkte?

Variationen

- Das linke Hütchentor umdribbeln und durchpassen.
- Im Wechsel das rechte und linke Hütchentor umdribbeln und durchpassen.
- Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.

Tipps und Korrekturen

- Die Hütchentore von außen umdribbeln. Beim rechten Hütchentor mit dem rechten Fuß, beim linken mit dem linken Fuß passen.
- Den Ball genau und stets nur bei Blickkontakt zum Mitspieler zuspiesen.
- Jedem zugespielten Ball entgegenlaufen und direkt zum Hütchentor mitnehmen.
- Jedes Team zählt seine Pässe durch das Hütchentor laut mit.