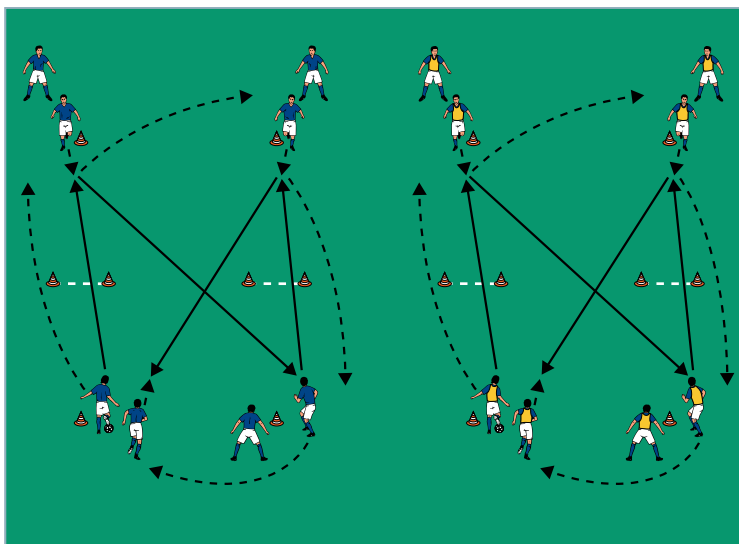


AUFWÄRMEN 2: Pass-Staffel II

von Jörg Daniel (14.06.2016)



Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmern 1 weiter verwenden
- Die Spieler an jeweils 2 nebeneinanderliegenden Pass-Stationen bilden ein Team
- Jede Mannschaft hat 1 Ball

Ablauf

- Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- Jetzt spielt der erste Passempfänger zwischen den Hütchentoren hindurch zur diagonal gegenüberliegenden Seite.
- Der dort postierte Passempfänger spielt wiederum durch das Hütchentor usw.
- Alle Spieler laufen ihren Abspielen im Uhrzeigersinn zum jeweils nächsten Starthütchen nach.
- Welche Mannschaft hat zuerst 10 Pässe in Folge durch die Hütchentore gespielt?

Variationen

- Mit dem schwächeren Fuß zupassen.
- Mit 2 Pflichtkontakten zuspiesen.
- Durch die Hütchentore direkt, zwischen den Hütchentoren hindurch mit 2 Pflichtkontakten zupassen.
- Im Gegenuhrzeigersinn zum jeweils nächsten Starthütchen laufen.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieldurchgänge verlängern, und die Anzahl der geforderten Pässe durch die Hütchentore auf 20 erhöhen.
- Darauf achten, dass die Spieler stets vom Starthütchen zum Ball starten und beim Pass nicht zu nah am Hütchentor stehen.
- Die Pässe möglichst zielgenau zuspiesen: Jeder Fehlpass bedeutet unnötigen Zeitverlust.