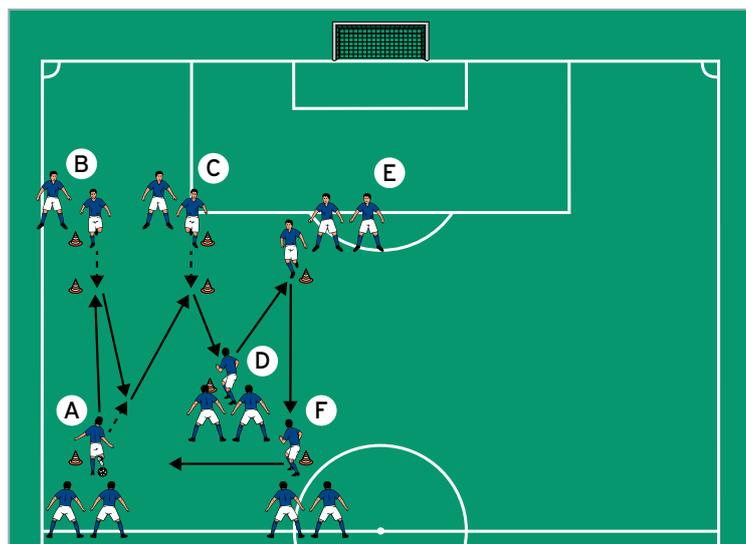


# AUFWÄRMEN 1: Entgegenkommen und Passen

von Horst Hrubesch (14.06.2016)



## Organisation

- Auf einem Flügel einen Passparcours aufbauen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

## Ablauf

- A passt zu B, der das Zuspiel sofort zurückprallen lässt.
- Anschließend spielt A zu C weiter, der auf D prallen lässt.
- Danach passt D zu E, der auf F prallen lässt.
- F nimmt kurz an und mit und spielt zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter.
- Alle Spieler laufen im Uhrzeigersinn zur jeweils nächsten Position und stellen sich dort wieder an.

## Variationen

- Mit 2 Bällen spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und D starten gleichzeitig mit einem Zuspiel auf B bzw. E.
- Im Direktspiel agieren.

## Tipps und Korrekturen

- Auf ein aktives Entgegenstarten der Passempfänger nach Blickkontakt zum Zuspieler achten.
- Alle Zuspiele möglichst flach halten, um ein direktes Weiterleiten zu erleichtern.
- Die Passempfänger sollen jeweils in Ballerwartungshaltung auf den Vorfüßen agieren.