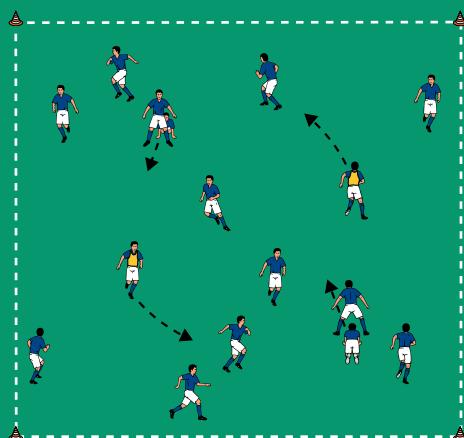




AUFWÄRMEN 2: Partnerfangen

von Jörg Daniel (12.07.2016)



Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- Spielerpaare bilden und im Feld verteilen
- Ein Paar als Fänger bestimmen

Ablauf

- Die Fänger versuchen, die anderen Spieler abzuschlagen.
- Jeder gefangene Spieler muss sofort mit gegrätschten Beinen im Feld stehen bleiben.
- Gefangene Spieler können nur befreit werden, indem der jeweilige Partner durch die gegrätschten Beine krabbelt.
- Nach jeweils 45 Sekunden ein neues Spielerpaar als Fänger auswählen.
- Welchem Spielerpaar gelingt es, alle Spieler zu fangen?

Variationen

- Die Spieler dribbeln durch das Feld. Gefangene Spieler können befreit werden, indem der jeweilige Partner durch die gegrätschten Beine passt.
- Spieler und Fänger dribbeln durch das Feld.
- Die Fänger tragen einen Ball in der Hand. Sie versuchen, die Läufer mit dem Ball am Rücken zu berühren.

Tipps und Korrekturen

- Die Spielerpaare immer wieder wechseln, so dass ständig andere Spieler zusammen agieren müssen.
- Die Paare müssen vermeiden, dass beide Partner gefangen werden, da sie dann ausgeschieden sind. Deshalb einen gefangenen Partner immer schnell befreien!
- Die Fänger dürfen abgeschlagene Spieler nicht 'bewachen'.
- Spieler, die durch die gegrätschten Beine des Partners krabbeln, dürfen in diesem Moment nicht abgeschlagen werden.