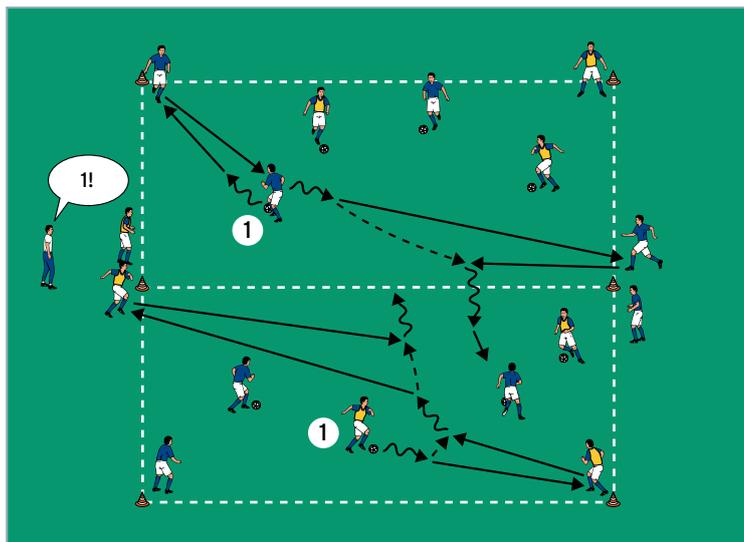


# AUFWÄRMEN 2: Anspiel-Variation II

von Mario Vossen (06.09.2016)



## Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Das Feld in der Mitte teilen
- 2 Gruppen bilden
- Pro Gruppe 4 Anspieler benennen und gemäß Abbildung aufstellen
- Die Spieler im Feld jeweils durchnummern

## Ablauf

- Die Ballbesitzer dribbeln durch die Felder.
- Der Trainer startet per Zuruf einer Nummer die Aktion.
- Die aufgerufenen Spieler müssen zunächst zum Anspieler an der Grundlinie ihres Feldes spielen, der das Zuspiel sofort prallen lässt.
- Anschließend passen sie zum anderen Anspieler, der ebenfalls prallen lässt.
- Danach dribbeln sie ins andere Feld und spielen hier ebenfalls Doppelpässe mit beiden Anspielern.
- Dann dribbeln sie ins Ausgangsfeld zurück.
- Welcher Spieler ist zuerst fertig?

## Variationen

- Die Anspieler müssen mit genau 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- Die Dribbler sollen in ihren Feldern frei wählbare Finten ausführen.

## Tipps und Korrekturen

- Die Spieler, die nicht in den Wettbewerb involviert sind, sollen mit lockerem Tempo weiter durch das Feld dribbeln.
- Die Anspieler nach jeweils 2 Minuten wechseln.