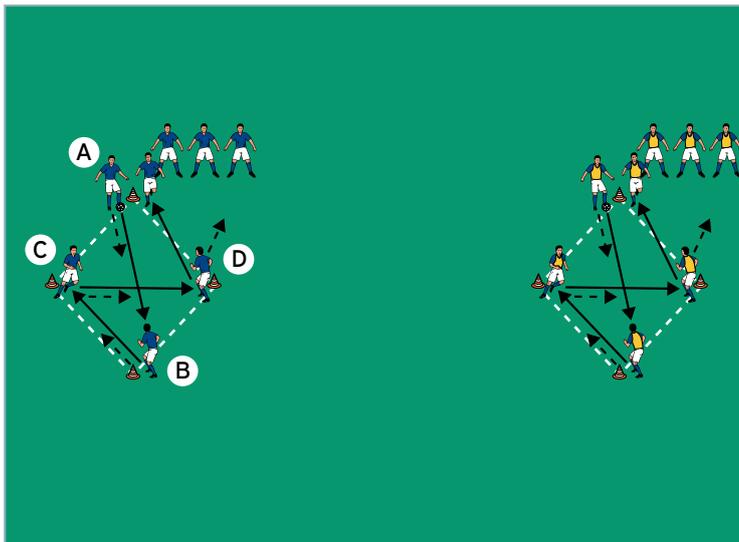


# AUFWÄRMEN 2: Pass-Wettkampf

von Paul Schomann (04.10.2016)



## Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Mannschaften bilden und auf die Pass-Rauten verteilen
- Je 1 Spieler auf den Positionen B, C, D und die anderen Spieler mit Ball auf A postieren

## Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passen sich die Spieler beider Mannschaften in der Raute zu.
- A passt zu B, der auf C prallen lässt. C passt zu D, der wieder zu A zurückspielt.
- Jeder Spieler läuft seinem Abspiel hinterher und übernimmt die Aufgabe an der nächsten Position.
- Welche Mannschaft hat zuerst 3 Pass-Kombinationen durchgespielt?

## Variationen

- Die Spieler laufen nach ihrem Pass auf die Position, von der sie zuvor das Zuspiel erhalten haben: A läuft zu D, D zu C, C zu B und B zu A.
- Die Passkombinationen in entgegengesetzter Richtung durchspielen.

## Tipps und Korrekturen

- Als Trainer mittig zwischen beiden Rauten postieren und die korrekt absolvierten Durchgänge laut mitzählen.
- Leistungsstarke Spieler passen mit 2 Kontakten, ansonsten 3 Kontakte erlauben!
- Stets aktionsbereit auf den Fußballen agieren.
- Vor dem Abspiel Blickkontakt mit dem Mitspieler aufnehmen.
- Den Zuspielen nach einer Lauffinte entgegenstarten.