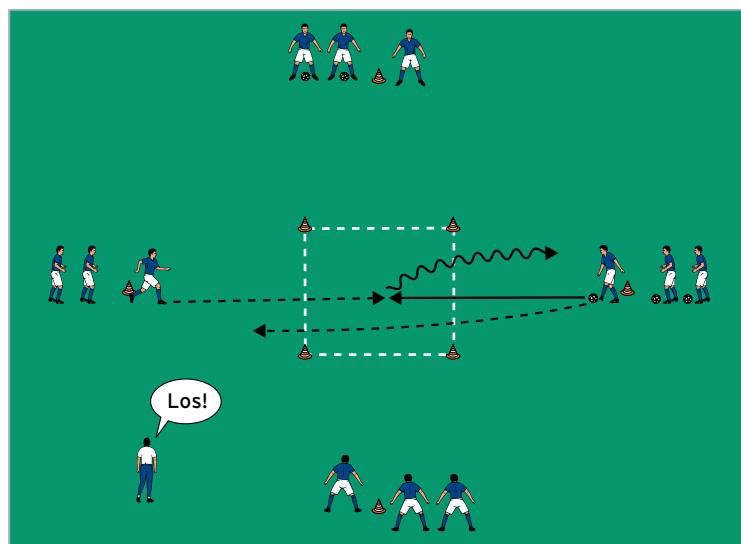


AUFWÄRMEN 2: Kontroll-Feld II

von Paul Schomann (18.10.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die Spieler an 2 Starthütchen nebeneinander haben Bälle

Ablauf

- Der erste Spieler ohne Ball von einem Starthütchen läuft ins Feld und fordert ein Zuspiel vom Spieler am Starthütchen gegenüber.
- Das Zuspiel zum Starthütchen gegenüber an- und mitnehmen.
- Der Zuspieler läuft durch das Feld zum Starthütchen gegenüber.
- Sobald die Spieler das Feld verlassen haben, startet der erste Spieler ohne Ball vom anderen Starthütchen.

Variationen

- Das Zuspiel zur Seite aus dem Feld heraus zum Starthütchen gegenüber an- und mitnehmen.
- Das Zuspiel zur Seite aus dem Feld heraus zum anderen seitlichen Starthütchen an- und mitnehmen.
- Das Zuspiel im Feld vom seitlichen Starthütchen fordern und den Pass zum Starthütchen gegenüber an- und mitnehmen.

Tipps und Korrekturen

- Den Ablauf vereinfachen und verschiedenfarbige Starthütchen aufstellen. Als Trainer das Hütchen aufrufen, von dem der jeweilige Spieler starten soll.
- Den Spieler so anspielen, dass er innerhalb des Feldes annehmen kann. Den Ball zuspielen, sobald der Spieler ohne Ball losläuft.
- Den Pass nie im Stand, sondern stets nach vorne oder zur Seite in die Bewegung mitnehmen.
- Kurz andribbeln und stets aus der Bewegung zuspielen.