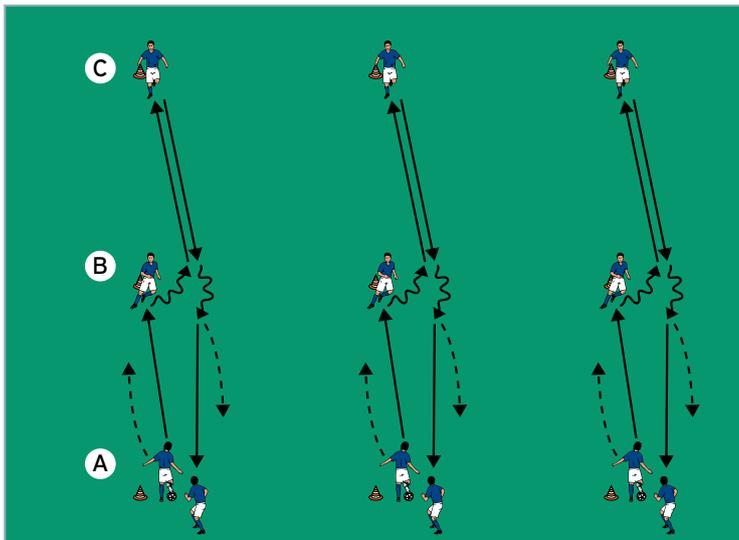


# AUFWÄRMEN 1: Dreh-Moment

von Mario Vossen (15.11.2016)



## Organisation

- 3 Pass-Parcours nebeneinander errichten
- 3 Teams zu je 3 Spielern bilden und auf die Positionen verteilen

## Ablauf

- A passt flach zu B, der das Zuspiel kontrolliert, sich mit Ball am Fuß dreht und anschließend zu C weiterleitet.
- C lässt möglichst direkt klatschen und B passt nach einer erneuten Drehung zurück zur Startposition.
- A und B tauschen jeweils die Positionen.
- C verbleibt für mehrere Aktionen auf der Position.

## Variationen

- Nach einigen Durchgängen die Aktion als Wettkampf durchführen.
- Nur mit rechts/links passen.
- Mit maximal 2 Kontakten passen.
- A und C spielen nur direkt.

## Tipps und Korrekturen

- B führt die Drehungen zu unterschiedlichen Richtungen aus. Dabei soll er durch eine offene, leicht schräge Grundposition anzeigen, in welchem Fuß er den Pass gespielt haben möchte.
- Die Spieler C nach 2 Minuten tauschen.
- Auf ein kontrolliertes Passspiel achten.
- Vor dem Zuspiel stets Blickkontakt mit dem Passempfänger aufbauen.