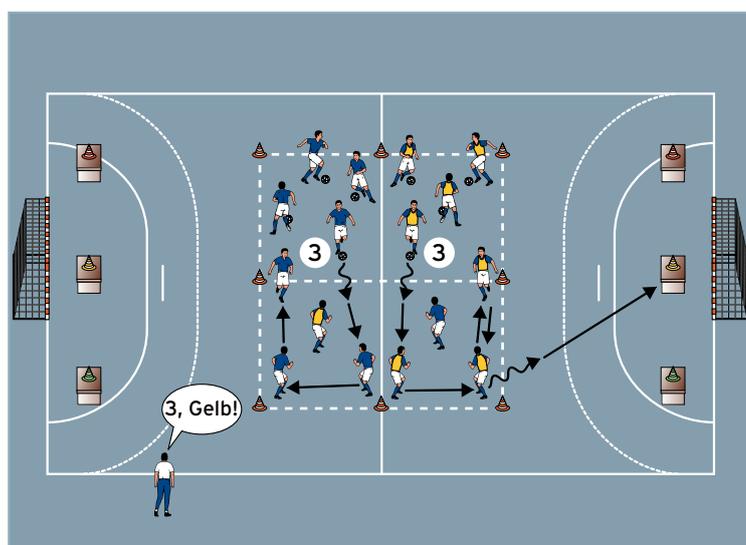


AUFWÄRMEN 2: Ampel-Wettkampf II

von Marcus Sorg (10.01.2017)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Jedes Team stellt 1 Verteidiger, der sich in der gegnerischen Passzone aufstellt
- Die Dribbel-Spieler jeweils durchnummerieren

Ablauf

- Die Spieler in den oberen Feldern dribbeln frei umher.
- Der Trainer startet durch Zuruf einer Nummer und einer Farbe die Aktion.
- Die aufgerufenen Spieler dribbeln aus den Feldern und versuchen, im 4 gegen 1 mit den anderen Pass-Spielern 4 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen.
- Die Empfänger des vierten Passes dribbeln aus den Feldern und versuchen, gegen den aufgerufenen Kasten zu passen.
- Die Mannschaft, die den Kasten zuerst trifft, erhält 1 Punkt.

Variationen

- Die Zahl der vorgegebenen Pässe variieren.
- Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so erhält sein Team 2 Zusatzpunkte.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler, die gegen den Kasten passen, wechseln nach der Aktion ins Dribbelfeld und übernehmen die Nummer des zuletzt aufgerufenen Spielers.
- Die Verteidiger regelmäßig wechseln.