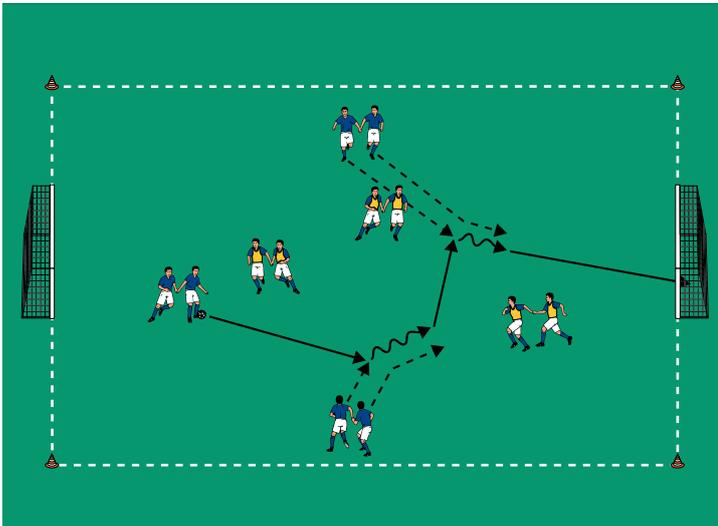


D-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

PAARFUSSBALL

von Cedric BÜchter (13.06.2017)

ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 Jugendtor aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Beide Teams stellen je 3 Spielerpaare, die sich jeweils an den Händen fassen

ABLAUF

- ▶ Die beiden Mannschaften spielen gegeneinander auf die Tore.
- ▶ Dabei dürfen die Spieler ihre Handhaltung nicht lösen.
- ▶ Reißt die Kette zwischen den Spielern, wechselt sofort der Ballbesitz.

VARIATIONEN

- ▶ Bevor der Ball weitergespielt wird, muss er von beiden Spielern in der Kette berührt werden.
- ▶ Der Ball darf auch in den Toren nicht mit den Händen gespielt werden.
- ▶ Eine Schusszone markieren, in der die Spieler ausschließlich auf die Tore schießen dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf Kommunikation und Rücksichtnahme zwischen den Partnern achten.
- ▶ In den Toren dürfen die Spieler mit der Hand klären, sofern die Kette bestehen bleibt.
- ▶ Die Partner wechseln.