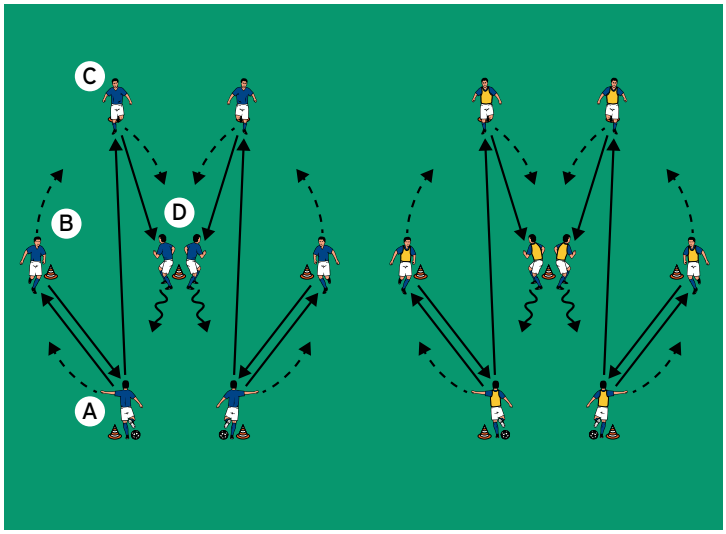

AUFWÄRMEN 1:

DREIECKS-SPIEL

ORGANISATION

- 4 Passparcours errichten
- 4 Gruppen bilden
- Die Spieler jeweils auf den Positionen verteilen
- Die Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- A passt zu B, der das Zuspiel direkt prallen lässt.
- Anschließend passt A zu C, der auf D ablegt.
- D nimmt in die Bewegung, dribbelt auf Position A und startet von hier die jeweils nächste Aktion.
- Alle Spieler rücken nach ihren Aktionen jeweils eine Position weiter.

VARIATIONEN

- B und C müssen im Direktspiel agieren.
- D baut eine Finte ins Dribbling ein (z. B. Schere, Übersteiger usw.).

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Spieler sollen sich möglichst schnell und direkt zupassen und nach der Aktion schnell zur jeweils nächsten Position weiterrücken.
- Nach einigen Durchgängen tauschen je 2 Gruppen die Positionen, so dass die Zuspiele mit dem jeweils anderen Fuß erfolgen müssen.