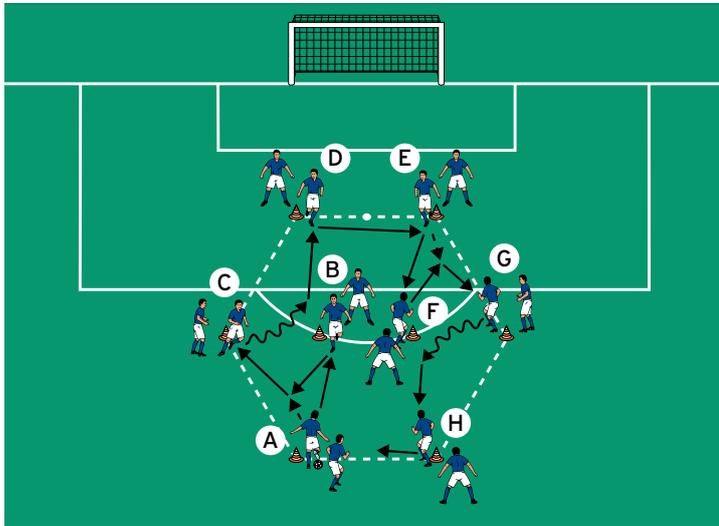


A-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND PRALLEN LASSEN I

ORGANISATION

- ▶ Einen Passparcours markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A spielt einen Doppelpass mit B und leitet auf C weiter.
- ▶ C nimmt kurz an und mit und spielt auf D weiter, der zu E passt.
- ▶ E spielt einen Doppelpass mit F und leitet auf G weiter.
- ▶ G nimmt kurz an und mit und spielt auf H weiter, der zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- ▶ Die Spieler rücken nach jeder Aktion eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und E haben je 1 Ball.
- ▶ Den Parcours in die entgegengesetzte Richtung starten: H spielt einen Doppelpass mit F usw.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Blickkontakt vor dem Abspiel fordern.
- ▶ Den Zuspielen als Passempfänger jeweils nach einer Konterbewegung aktiv entgegenstarten.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß der Mitspieler fordern.
- ▶ Nach den Abspielen schnell die Positionen wechseln ("Spiel und geh!").