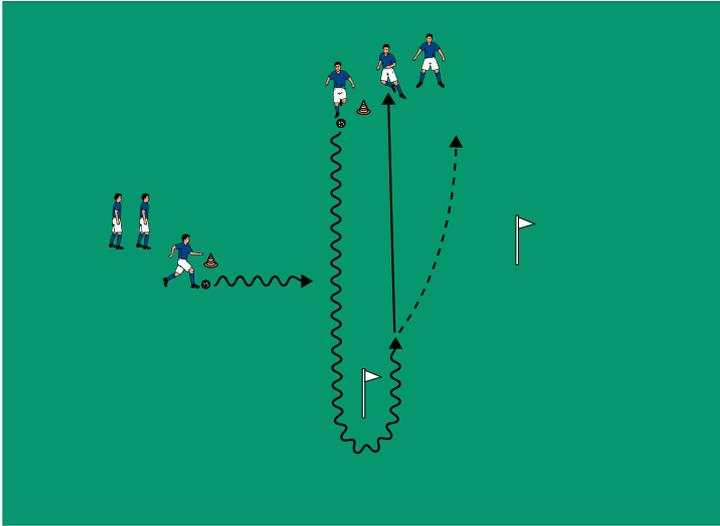


THEMA: BEIDFÜSSIG PERFECT PASSEN LERNEN



AUFWÄRMEN 1:

KREUZ-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen versetzt nebeneinander markieren und 10 Meter vor jedem Starthütchen eine Stange aufstellen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen verteilen, der jeweils erste Spieler hat einen Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln die Stange vor dem Starthütchen, passen zum nächsten Spieler und laufen zum Starthütchen zurück.
- ▶ Der Passempfänger startet sofort wieder ins Dribbling.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Zum anderen Starthütchen passen.
- ▶ Zum anderen Starthütchen laufen.
- ▶ Die andere Stange umdribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Immer zielgenau in den Lauf des Mitspielers am Starthütchen zuspelen.
- ▶ Nach Umdribbeln der Stange Blickkontakt zum Mitspieler suchen und erst dann passen.
- ▶ Zusammenstöße zwischen Starthütchen und Stangen vermeiden, sich orientieren und in freie Räume dribbeln bzw. laufen.