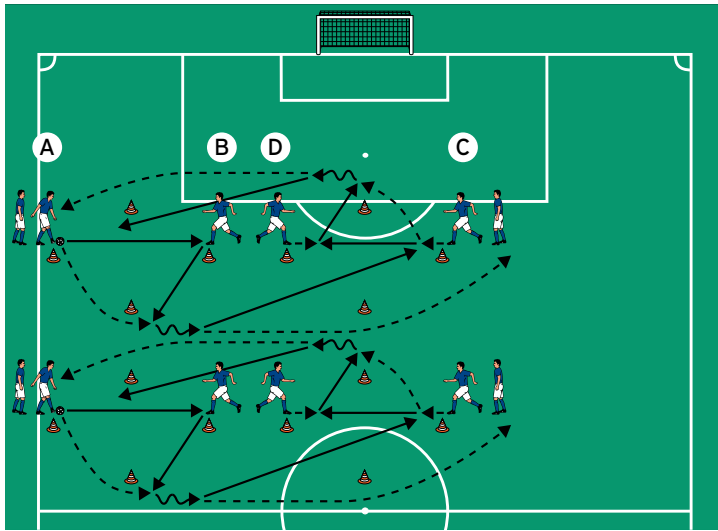


## THEMA: HERAUSSPIELEN VON TORCHANCEN



### AUFWÄRMEN 2:

### PASSKOMBINATION IN DER SECHSERGRUPPE

#### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Aufwärmern 1 beibehalten
- ▶ Gruppen zu je 6 Spielern bilden und je 2 Rauten zuweisen
- ▶ Jede Gruppe hat 1 Ball
- ▶ Die Positionen B und D mit je 1 Spieler besetzen
- ▶ Die restlichen Spieler gleichmäßig auf den Positionen A und C verteilen

#### ABLAUF

- ▶ A startet mit einem Zuspiel zu B die Aktion und umläuft anschließend das rechte freie Hütchen.
- ▶ B spielt zurück in den Lauf von A, der auf C weiterleitet.
- ▶ Gleicher Ablauf zwischen C und D.
- ▶ A und C stellen sich anschließend auf der jeweils gegenüberliegenden Seite wieder an.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die inneren Spieler (B und D) austauschen.

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Übung mit 2 Bällen gleichzeitig ausführen.
- ▶ Die Pass- und Laufrichtung ändern.
- ▶ Mit beiden zentralen Spielern (B und D) einen Doppelpass spielen. Anschließend auf die jeweils andere Seite spielen und die Aktion von dort in entgegengesetzter Richtung starten.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Zuspielen entgegengehen. Den Ball so früh wie möglich wieder kontrollieren.
- ▶ Die Passdistanzen im Training variieren (hier: kurz–kurz–lang).
- ▶ Vor dem Abspiel Blickkontakt mit dem Passempfänger herstellen.
- ▶ Beidfüßigkeit trainieren.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereitlegen.