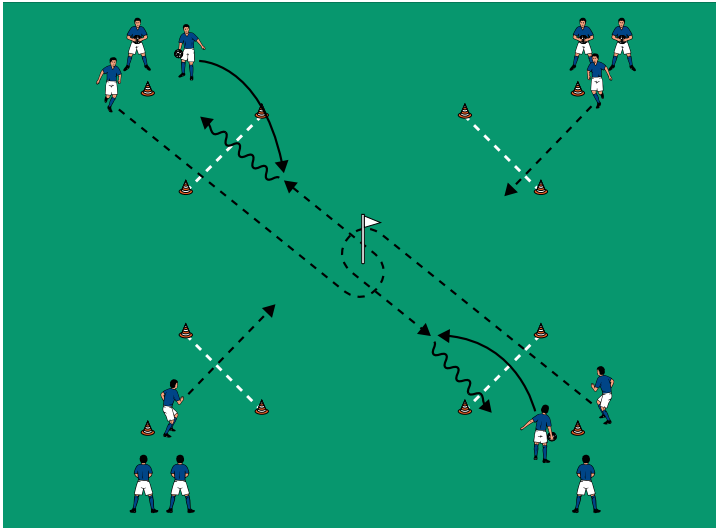


THEMA: KONTROLLE VON HOHEN ZUSPIELEN



AUFWÄRMEN 2:

ZENTRALE STANGE II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mittig zwischen jedem Hütchen und der Stange ein etwa 1 Meter breites Hütchentor aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler umlaufen gleichzeitig die Stange, fordern einen Zuwurf vom nächsten Spieler am Hütchen und nehmen durch das Hütchentor zu diesem Hütchen an und mit.
- ▶ Jedes Durchdribbeln des Hütchentores ergibt einen Punkt.
- ▶ Welche Gruppe gewinnt zuerst 10 - 20 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchentore vergrößern/verkleinern.
- ▶ Die Seite rechts/links vorgeben, von der die Spieler die Stange umlaufen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball stets hinter dem Hütchentor annehmen.
- ▶ Verpasst ein Spieler bei der Ballan- und -mitnahme das Hütchentor darf er nicht zurückdribbeln und gewinnt somit keinen Punkt.
- ▶ Jede Gruppe zählt ihre gewonnenen Punkte beim Durchdribbeln der Hütchentore laut mit.