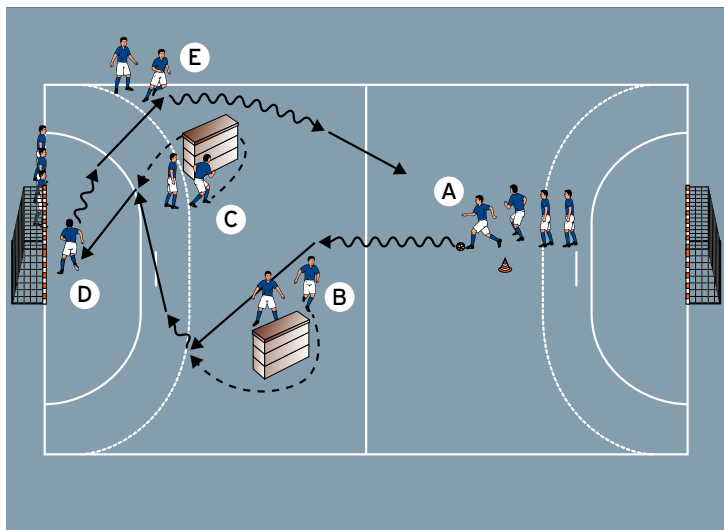


THEMA: TURNKÄSTEN ALS HINDERNISSE UMLAUFEN UND UMSPIELEN



AUFWÄRMEN 2:

KASTEN-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Koordinationsleiter und 2 Positionshütchen entfernen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A dribbelt zur Mittellinie und passt in den Lauf von B, der zuvor den Kasten umläuft.
- ▶ B spielt zu C, der ebenfalls zuvor um den Kasten startet.
- ▶ C lässt auf D prallen, der kurz an- und mitnimmt und zu E passt.
- ▶ E passt zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ A und E bauen eine Finte ins Dribbling ein.
- ▶ E startet zunächst in die Tiefe, bevor er ein Zuspiel von D erhält.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball stets im Blick haben.
- ▶ Auf eine möglichst enge Ballführung achten.
- ▶ Präzise und druckvolle Pässe einfordern.