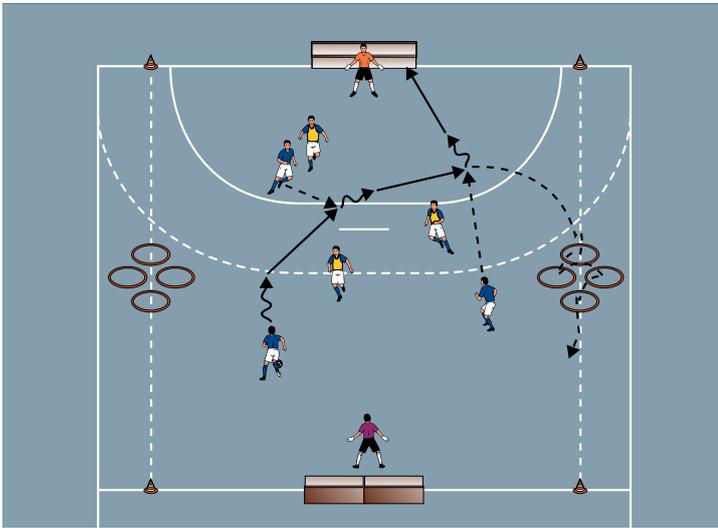


THEMA: KOORDINATIONSTRAINING MIT REIFEN



HAUPTTEIL 1:

REIFEN-SPIEL MIT ZUSATZ-AUFGABE

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Je 2 Kastenoberteile an den Grundlinien errichten und mit Torhütern besetzen
- ▶ Den Reifenparcours an die Seitenlinien schieben
- ▶ 2 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 3 gegen 3 auf die Kästen.
- ▶ Nach einem Treffer läuft der Torschütze durch den Reifenparcours.
- ▶ Das Spiel läuft derzeit weiter.

VARIATIONEN

- ▶ 4 gegen 4.
- ▶ Auf 4 Tore spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Koordinationsaufgaben gelegentlich in Fußballspiele integrieren.
- ▶ Durch die Zusatzaufgabe ergibt sich eine kurze Überzahl.
- ▶ In der Halle oft sprungreduzierte Bälle nutzen.