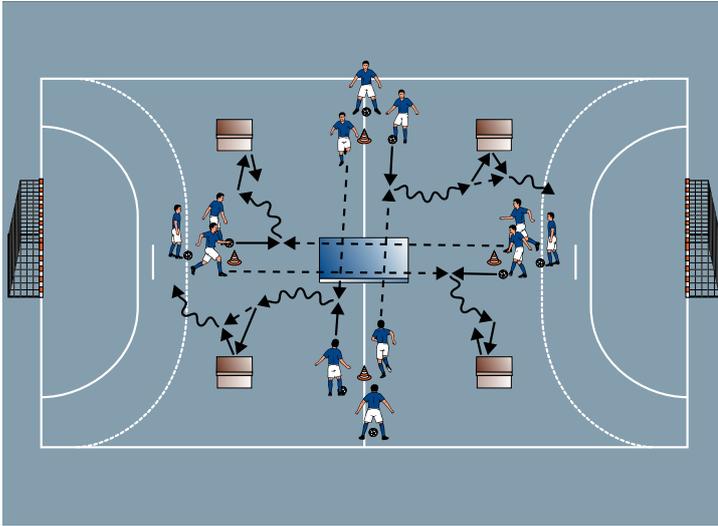


## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN VIELSEITIG TRAINIEREN



### AUFWÄRMEN 2:

#### KLEINKASTEN-FELD II

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Mittig im Feld eine Weichbodenmatte auslegen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler haben keinen Ball

##### ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler überlaufen die Weichbodenmatte und fordern ein Zuspiel vom Spieler gegenüber.
- ▶ Die Passempfänger nehmen zum rechten Kleinkasten mit, spielen einen Doppelpass mit dem Kasten und dribbeln zum nächsten Starthütchen.

##### VARIATIONEN

- ▶ Auf der Matte eine Vorwärtsrolle ausführen.
- ▶ Die Weichbodenmatte um- und überlaufen.
- ▶ Die Matte rückwärts überqueren.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Überlaufen der Weichbodenmatte orientieren und Mitspielern ausweichen.
- ▶ Das Zuspiel deutlich fordern.
- ▶ Erst passen, wenn der Mitspieler Blickkontakt hat.