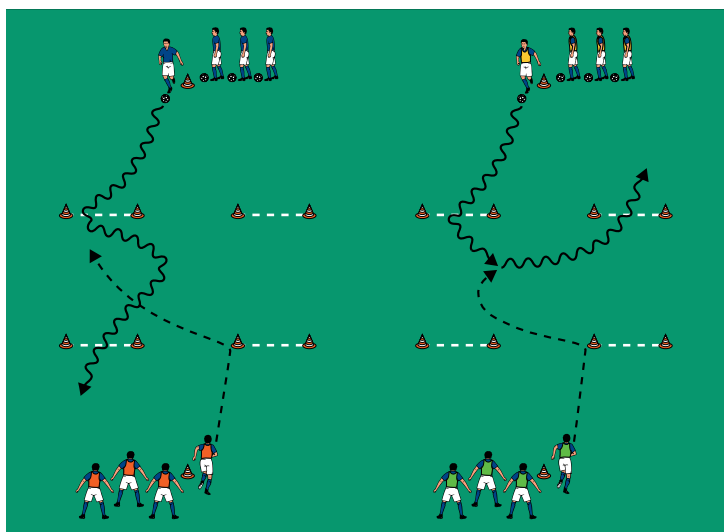


THEMA: SPIELZÜGE ÜBER DEN FLÜGEL



AUFWÄRMEN 2:

TEMPODRIBBLING

ORGANISATION

- Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- 4 Mannschaften bilden und jeweils an einem Starthütchentor aufstellen
- Je 1 Team in jedem Parcours mit Bällen

ABLAUF

- Die Spieler mit Ball sind die Dribbler, die Spieler ohne Ball die Fänger.
- Die Dribbler versuchen, durch eines der Hütchentore vor ihnen und anschließend durch das jeweils davor liegende Hütchentor zu dribbeln, ohne dabei vom Fänger attackiert zu werden.
- Bevor die Fänger zu den Dribblern laufen dürfen, müssen sie zunächst diagonal gegenüber von dem Hütchentor, durch das die Dribbler zuerst gelaufen sind, das innere Hütchen berühren.
- Gelingt es den Fängern, die Dribbler zu stellen und in Ballbesitz zu kommen, versuchen sie, durch ein gegenüberliegendes Hütchentor zu dribbeln.

VARIATIONEN

- Nach einigen Durchgängen die Aufgaben tauschen.
- Die Paarungen wechseln.
- Die Dribbler müssen nur abgeschlagen werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Nach schnellem Tempodribbling zu Beginn gewinnt im 1 gegen 1 mit dem Fänger zunehmend auch ein fintenreiches Dribbling zur Gegnerüberwindung an Bedeutung.
- Die Hütchentore müssen vollständig durchdribbelt werden.
- Die Abstände und die Größe der Hütchentore dem Leistungsstand der Spieler anpassen.