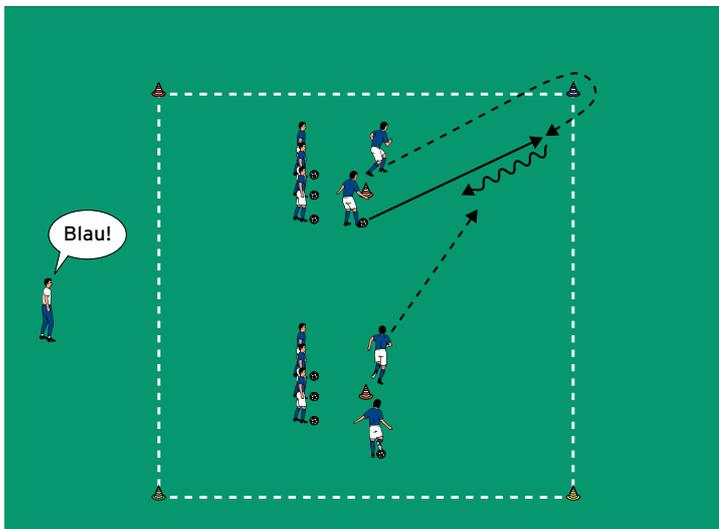


THEMA: DER SCHLÜSSEL LIEGT IN DER VORORIENTIERUNG



AUFWÄRMEN 2:

FARBEN-FELD: HOHE BÄLLE

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten, jedoch das zentrale Hütchen entfernen.
- ▶ Mittig im Feld 2 Hütchen gemäß Abbildung errichten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den zentralen Hütchen postieren.
- ▶ Nur die jeweils ersten Spieler haben keinen Ball.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler umlaufen das aufgerufene Hütchen, erhalten einen Pass vom nächsten Spieler und nehmen den Ball zum Starthütchen an und mit.

VARIATIONEN

- ▶ Hoch zuwerfen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Schnellstmöglich das aufgerufene Hütchen umlaufen.
- ▶ Bei der An- und Mitnahme zu freien Räumen orientieren und dem Mitspieler ausweichen.