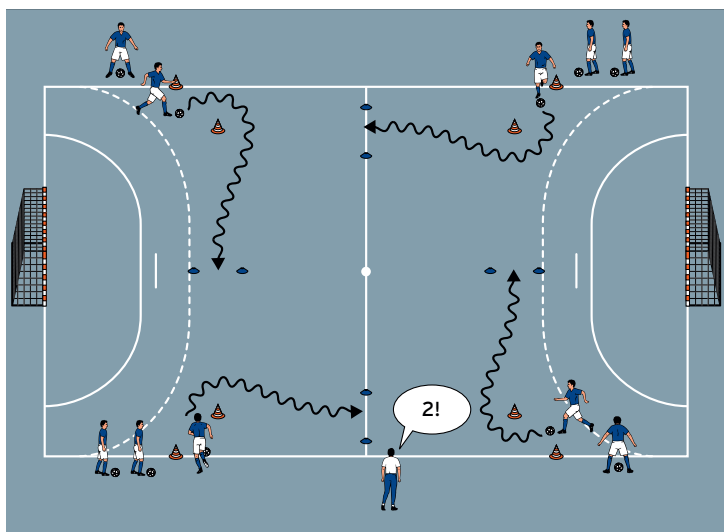


THEMA: MIT TEMPODRIBBLING IN DER HALLE ANGREIFEN



AUFWÄRMEN 2:

TEMPO-DRIBBEL-DOPPELFELD

ORGANISATION

- Den Grundaufbau beibehalten.
- Um das bestehende Feld ein größeres Feld von etwa 20 x 20 Meter errichten.
- Die Spieler mit Bällen an den äußeren Eckhütchen verteilen.

ABLAUF

- Der Trainer ruft ein Hütchentor von 1 bis 4 auf.
- Die jeweils ersten Spieler dribbeln um die inneren Hütchen nach rechts/links in das aufgerufene Hütchentor und stoppen den Ball dort.
- Der Spieler, der den Ball zuerst im Hütchentor stoppt, bekommt einen Punkt für seine Gruppe.
- Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe gewinnt zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- Den Ball tragen und ins aufgerufene Hütchentor sprinten.
- Die Position/Größe der Hütchentore verändern.
- Die Hütchentore mit Buchstaben oder Farben bezeichnen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Dribbelrichtung rechts/links klar vorgeben.
- Immer von außen um die inneren Eckhütchen dribbeln.
- Den Ball mittig im Hütchentor stoppen.