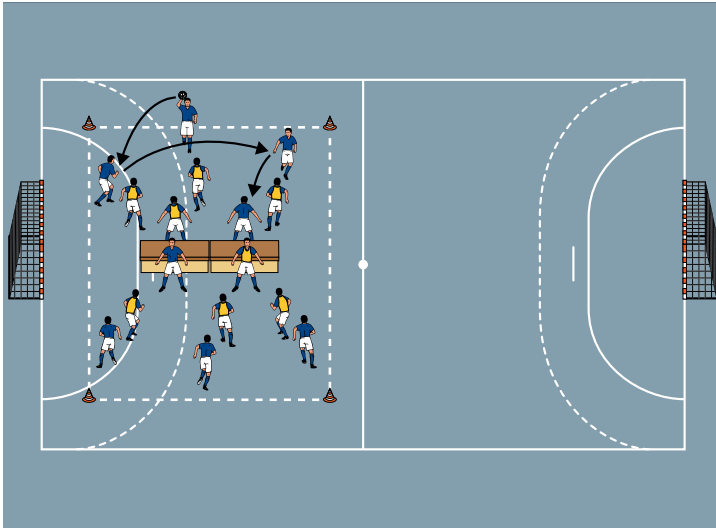


THEMA: TORCHANCEN HERAUSSPIELEN UND VERWERTEN



AUFWÄRMEN 1:

HANDBALL AUF ZWEI LANGKÄSTEN MIT ZIELSPIELERN

ORGANISATION

- ▶ Mittig einer Hallenhälfte zwei Langkästen aufbauen.
- ▶ Ein Feld abstecken.
- ▶ Zwei Teams einteilen.
- ▶ Je Team zwei Zielspieler benennen und versetzt an den Langkästen positionieren.

ABLAUF

- ▶ 6+2 gegen 6+2 spielen.
- ▶ Ziel ist der Zuwurf auf einen der Zielspieler.
- ▶ Mit Ball darf nicht gelaufen werden.
- ▶ Nach einiger Zeit die Zielspieler austauschen.

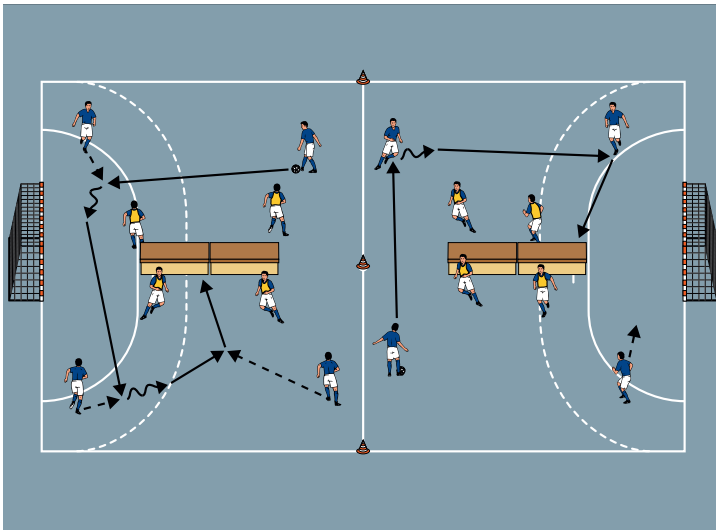
VARIATIONEN

- ▶ Der Zuwerfer wechselt die Position mit dem Zielspieler.
- ▶ Ohne Zielspieler im 8 gegen 8 spielen, sodass Treffer durch Anwerfen der Langkästen zählen.
- ▶ Ohne Zielspieler im 8 gegen 8 spielen, Treffer müssen mit dem Kopf erzielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Schnelle Zuwürfe verlangen.
- ▶ Es darf nicht über Kopfhöhe geworfen werden.
- ▶ Das Spielfeld gegebenenfalls den Hallenbedingungen anpassen.

THEMA: TORCHANCEN HERAUSSPIELEN UND VERWERTEN



AUFWÄRMEN 2:

SPIEL AUF ZWEI LANGKÄSTEN

ORGANISATION

- ▶ Die beiden Langkästen aus 'Aufwärmen 1' behalten und in der anderen Hälfte ebenfalls zwei aufstellen.
- ▶ Jede Spielfeldhälfte ist ein Feld.
- ▶ Vier Teams einteilen und gleichmäßig auf die Felder verteilen.

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 in beiden Feldern.
- ▶ Ziel ist es, mit der Innenseite einen Treffer auf einen Langkasten zu erzielen.

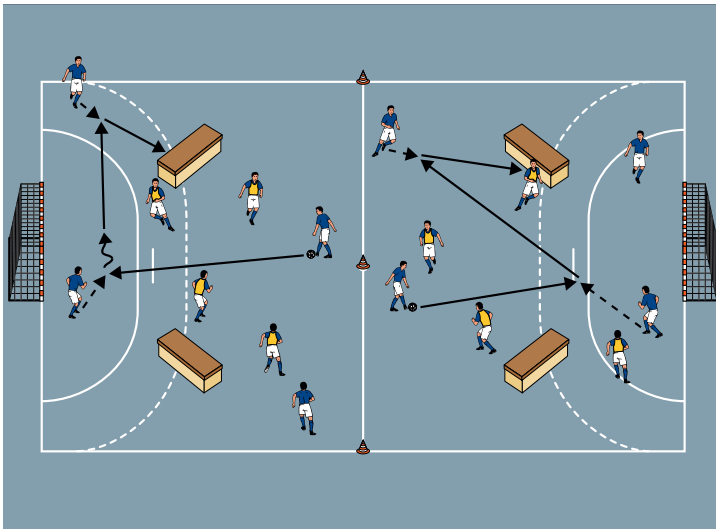
VARIATIONEN

- ▶ Mit höchstens zwei Ballkontakten spielen.
- ▶ Treffer zählen nur nach Direktabnahme.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Schnelles Kombinationsspiel einfordern.
- ▶ Je nach Hallengröße das Spielfeld gegebenenfalls begrenzen.

THEMA: TORCHANCEN HERAUSSPIELEN UND VERWERTEN



HAUPTTEIL 1:

SPIEL AUF ZWEI DIAGONAL VERSETZTE LANGKÄSTEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten, die Langkästen jedoch versetzt aufstellen.

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf beiden Feldern.
- ▶ Ziel ist es, mit der Innenseite einen Treffer auf einen Langkasten zu erzielen.

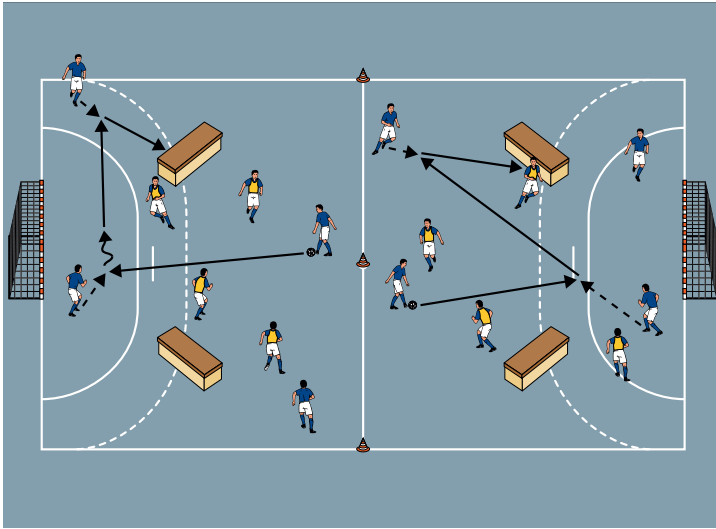
VARIATIONEN

- ▶ Die Langkästen in ihrer Position und ihrem Winkel verändern.
- ▶ Mit höchstens zwei Ballkontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Ballbesitz den Raum nutzen und die Abwehrspieler auseinanderziehen.
- ▶ Auf ein richtiges Anbieten achten.
- ▶ Dem Zuspiel entgegenkommen.

THEMA: TORCHANCEN HERAUSSPIELEN UND VERWERTEN



HAUPTTEIL 2:

SPIEL AUF ZWEI GETRENNT STEHENDE LANGKÄSTEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten, die Langkästen jedoch mittig in einer Linie aufstellen.

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf beiden Feldern.
- ▶ Ziel ist es, mit der Innenseite einen Treffer auf einen Langkasten zu erzielen.

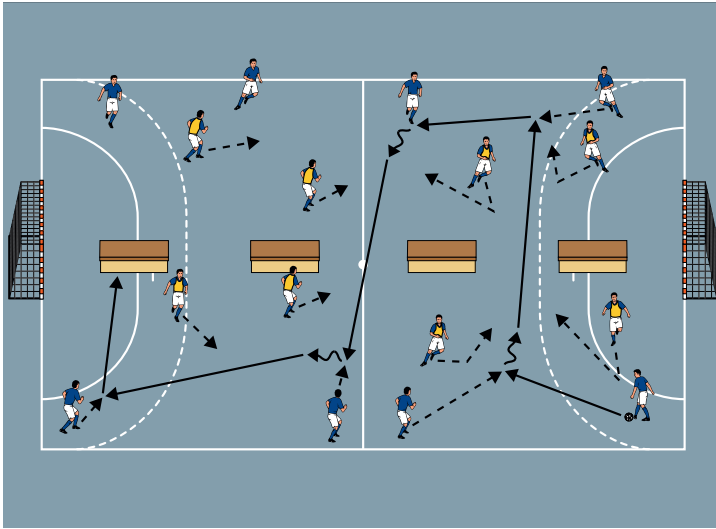
VARIATIONEN

- ▶ Die Mannschaft mit einem Treffer bleibt in Ballbesitz.
- ▶ Vor einem Treffer mindestens einmal zwischen den Langkästen auf die andere Seite spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler in Ballbesitz sollen auch die Seiten wechseln.

THEMA: TORCHANCEN HERAUSSPIELEN UND VERWERTEN



SCHLUSSTEIL:

SPIEL AUF VIER GETRENNT STEHENDE LANGKÄSTEN

ORGANISATION

- ▶ Das gesamte Hallenfeld als Spielfeld nutzen.
- ▶ Die vier Langkästen behalten.
- ▶ Zwei Teams einteilen.

ABLAUF

- ▶ 8 gegen 8 auf die Langkästen.
- ▶ Ziel ist es, mit der Innenseite einen Treffer auf einen Langkasten zu erzielen.

VARIATIONEN

- ▶ Treffer zählen nur nach Direktabnahme.
- ▶ Vor einem Treffer mindestens einmal die Seite wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen nach einem Zuspiel die Position und gegebenenfalls auch die Seite wechseln.
- ▶ Nur flache Pässe erlauben.
- ▶ Schnelles Kombinationsspiel einfordern.