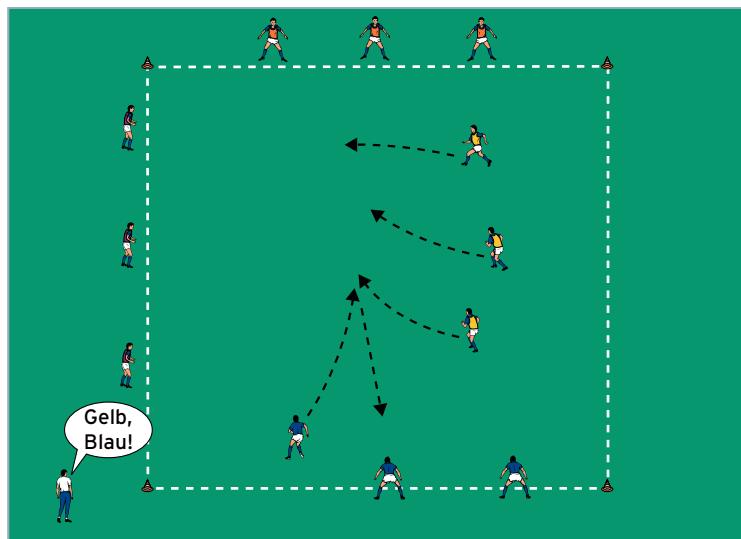


AUFWÄRMEN 2: Team-Fangen

von Klaus Pabst (29.07.2014)



Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- 4 Gruppen einteilen
- Die Spieler jeder Gruppe postieren sich nebeneinander auf einer Seitenlinie

Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er 2 Gruppen aufruft.
- Die Spieler der zuerst aufgerufenen Gruppe laufen als 'Hasen' ins Feld.
- Die Spieler der zuletzt aufgerufenen Gruppe starten nacheinander als 'Jäger' ins Feld und versuchen, jeweils 1 'Hasen' zu fangen.
- Gelingt dies, so läuft der jeweilige Fänger zurück zur Seitenlinie und klatscht den jeweils nächsten Mitspieler ab, der ebenfalls startet usw.
- Welche Gruppe benötigt weniger Zeit, bis alle 'Jäger' je 1 'Hasen' gefangen haben?

Variationen

- Die 'Hasen' bzw. 'Jäger' haben je 1 Ball und dribbeln durch das Feld.
- Die 'Jäger' tragen je 1 Ball in der Hand und fangen die 'Hasen' durch Abtippen mit dem Ball am Rücken.

Tipps und Korrekturen

- Der gleiche 'Hase' darf nicht 2-mal nacheinander gefangen werden.
- Als Trainer jede Gruppe ungefähr gleich oft als 'Hasen' und 'Jäger' aufrufen.
- Bei jedem Durchgang die Zeit stoppen und sofort laut ansagen.