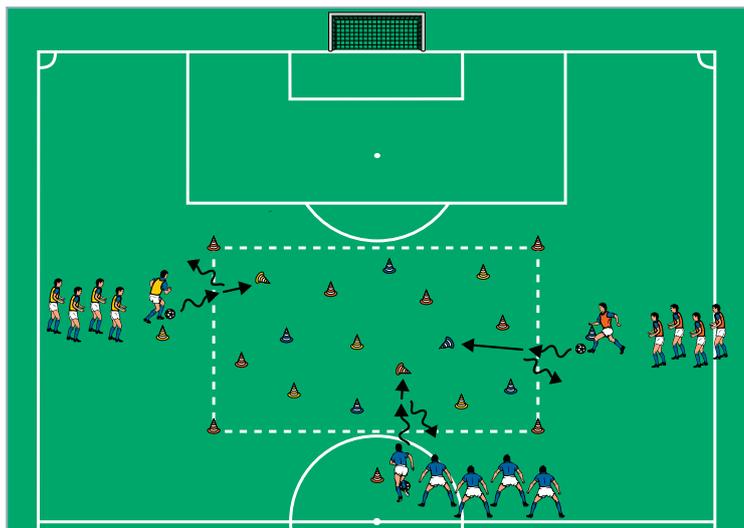


AUFWÄRMEN 2: Hütchen versenken

von Horst Hrubesch (10.03.2015)



Organisation

- Aufbau wie bei Aufwärmern 1
- 3 Gruppen einteilen und jeweils einer Hütchenfarbe zuweisen
- Jede Gruppe hat 1 Ball

Ablauf

- Auf ein Trainerzeichen dribbeln die ersten Spieler jeder Gruppe ins Feld, schießen ein Hütchen der eigenen Farbe um und starten zur Gruppe zurück.
- Nach der Ballübergabe startet sofort der nächste Spieler.
- Welche Mannschaft hat zuerst alle Hütchen ihrer Farbe umgeschossen?
- Mehrere Durchgänge durchführen.

Variationen

- Jeder Spieler muss ein zweites Mal ins Feld starten und dabei ein Hütchen der eigenen Farbe wieder aufstellen. Bei welcher Mannschaft stehen zuerst wieder alle Hütchen?
- Die ersten Spieler starten ohne Ball ins Feld, bekommen das Zuspiel vom zweiten Spieler und müssen spätestens mit dem dritten Kontakt ein Hütchen der eigenen Farbe umgeschossen haben. Mit dem Rückpass zur Gruppe startet der Passgeber ins Feld. Welche Mannschaft hat zuerst alle Hütchen umgeschossen?

Tipps und Korrekturen

- Die Mannschaften dürfen sich den Startpunkt außerhalb des Feldes selbst aussuchen. Diesen mit einem zusätzlichen Hütchen markieren. Nach jedem Durchgang kann der Startpunkt verlagert werden.
- Die Hütchen dürfen zunächst nur vom Ball berührt werden. Nur beim Aufstellen (siehe Variationen) darf die Hand zur Hilfe genommen werden.
- Die Verlierer müssen nach dem Durchgang alle Hütchen wieder aufstellen.
- Frühzeitige Pässe gegen die Hütchen sind riskanter aber eventuell schneller als bis vor Ort zu dribbeln.
- Werden versehentlich Hütchen einer anderen Mannschaft umgeschossen, gelten diese für das gegnerische Team und bleiben liegen.