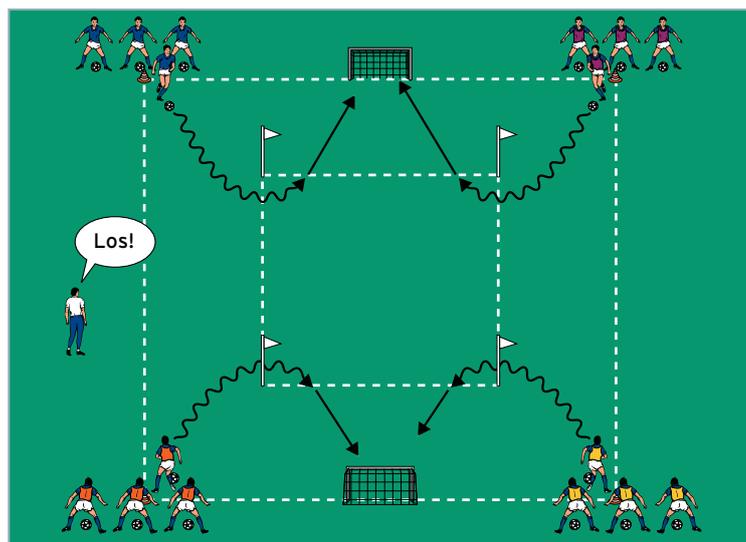


# AUFWÄRMEN 2: Stangen-Feld II

von Klaus Pabst (16.06.2015)



## Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Zwischen 2 Hütchen gegenüber jeweils ein Minitor aufstellen
- Jedes Team mit Bällen an einem Hütchen postieren

## Ablauf

- Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler, umdrribeln die Stange vor dem eigenen Hütchen und schießen ins Minitor.
- Direkt nach dem Torabschluss startet der nächste Spieler.
- Jeder Treffer ergibt einen Punkt.
- Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

## Variationen

- Die diagonal weiter entfernt stehende Stange umdrribeln.
- Die Stange vor dem rechten/linken Hütchen umdrribeln.
- Alle 4 Stangen im/gegen den Uhrzeigersinn umdrribeln.

## Tipps und Korrekturen

- Die Stangen immer von außen nach innen umdrribeln. Dabei den Blick vom Ball lösen, sich orientieren und Mitspielern ausweichen.
- Die Spieler müssen immer innerhalb des Stangen-Feldes abschließen.
- Mehrere Durchgänge spielen und nach jedem Durchgang Positionen wechseln.
- Jede Mannschaft bestimmt einen Kapitän, der die erzielten Treffer mitzählt.