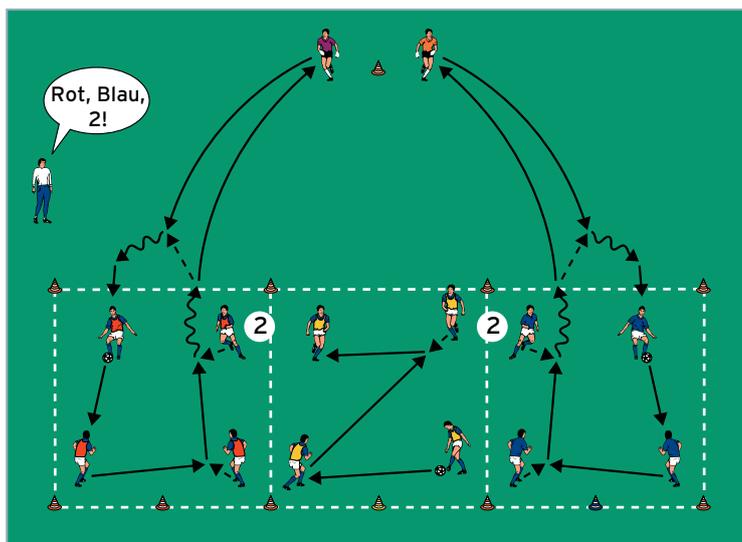


AUFWÄRMEN 2: Flugball-Duell

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- Den Aufbau und die Gruppen beibehalten
- Pro Gruppe 1 Ball

Ablauf

- Die Spieler passen sich jeweils frei in den eigenen Reihen zu.
- Der Trainer ruft 2 Farben und 1 Zahl auf und startet so die Aktion.
- Die aufgerufenen Teams müssen jetzt schnellstmöglich zum vorgegebenen Mitspieler passen.
- Dieser spielt einen Flugball zu einem Torhüter und erhält sofort ein Zuspiel per Abwurf zurück.
- Jetzt passen die Spieler erneut in den eigenen Reihen, bis jeder Mitspieler mindestens einmal am Ball war.
- Die Mannschaft, die zuerst fertig ist, ruft 'Stop' und erhält 1 Punkt.

Variationen

- Der letzte Spieler, der im Feld angespielt wird, muss 5-mal jonglieren, um die Aktion zu beenden.
- Vor jedem Abspiel eine Finte einbauen.

Tipps und Korrekturen

- Die erstgenannte Mannschaft spielt auf Torhüter 1 usw.
- Darauf achten, dass die Spieler lautstark kommunizieren und auch deutlich angeben, wenn sie die Aktion beendet haben.