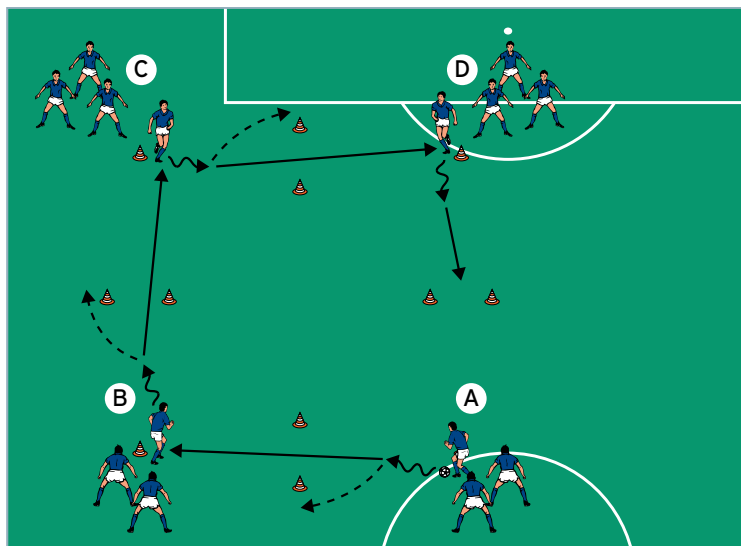


AUFWÄRMEN 2: Technikparcours II

von Armin Friedrich (17.11.2015)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler passen durch die Hütchentore zum jeweils nächsten Spieler an der im Uhrzeigersinn nächsten Position.
- Diese nehmen kurz an und mit und passen weiter usw.
- Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

Variationen

- Im Gegenuhrzeigersinn mit dem linken Fuß spielen.
- Gezielte Flugbälle mit dem Innenspann durch die Hütchentore spielen.

Tipps und Korrekturen

- Die Größe und die Position der Hütchentore dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- Darauf achten, dass die Spieler das Spielbein nach dem Zuspiel gerade nach vorne ausschwingen.