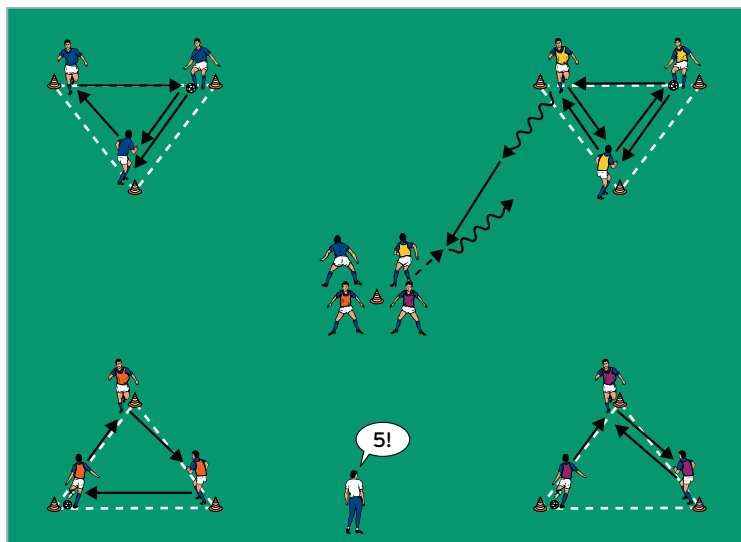


AUFWÄRMEN 2: Pass-Dreiecke II

von Horst Hrubesch (23.02.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Zusätzlich mittig zwischen den Dreiecken 1 Hütchen aufstellen
- 4 Mannschaften bilden
- Jedes Team stellt 1 Mitspieler am zentralen Hütchen

Ablauf

- Der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl die Aktion.
- Die Spieler müssen nun eine vorgegebene Anzahl von Pässen in den eigenen Reihen spielen.
- Der Empfänger des letzten Passes nimmt in die Bewegung mit und passt zum Mitspieler am mittleren Hütchen.
- Dieser dribbelt schnellstmöglich ins Dreieck zurück.
- Der Spieler, der zuerst das Dreieck erreicht, erhält 1 Punkt für die Teamwertung.

Variationen

- Die Spieler passen sich im Direktspiel zu.
- Mit exakt 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler am zentralen Hütchen dürfen erst nach dem Abspiel des Mitspielers zum Ball starten.
- Die zentralen Spieler wechseln nach jeder Aktion mit dem jeweiligen Passgeber die Positionen und Aufgaben.