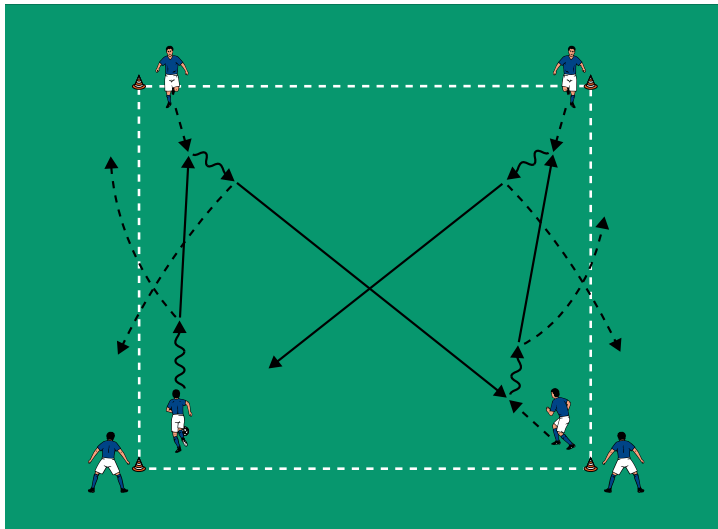


## C-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 1:

#### VIERECKS-PASSEN

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Der erste Spieler an einem Hütchen hat 1 Ball

##### ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer passt zum Spieler am gegenüberliegenden Hütchen und läuft seinem Pass nach.
- ▶ Der Passempfänger leitet diagonal weiter und läuft zu dem Hütchen, von dem er das Zuspiel erhalten hat.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler passt wieder gerade zum gegenüberliegenden Hütchen, läuft seinem Pass nach usw.

##### VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Nach einem geraden Pass diagonal laufen.
- ▶ Nach jedem Pass zu einem beliebigen anderen Hütchen laufen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen immer aus der Bewegung heraus sicher mit 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- ▶ Innerhalb des markierten Feldes spielen.
- ▶ Nur bei freiem Passweg und Blickkontakt zum jeweils nächsten Spieler zuspielen.