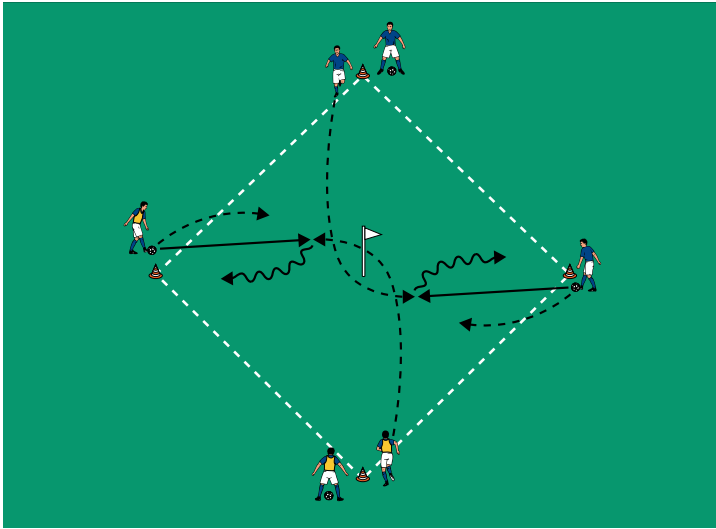


THEMA: DIE AN- UND MITNAHME VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2:

BALLKONTROLL-STAFFEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Teams an je 2 nebeneinanderliegenden Hütchen postieren
- ▶ Pro Hütchen 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler ohne Ball starten ins Feld, umlaufen die Stange, fordern ein Zuspiel vom Mitspieler am anderen Starthütchen und nehmen dorthin an und mit.
- ▶ Die Passgeber starten ins Feld usw.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team absolviert zuerst 3 komplette Durchgänge?

VARIATIONEN

- ▶ Die Stange vollständig umlaufen.
- ▶ Den Ablauf von der anderen Seite durchführen.
- ▶ Nach dem Zuspiel einen Doppelpass mit dem Passgeber spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Stange möglichst eng umlaufen.
- ▶ An der Stange orientieren und so Zusammenstöße vermeiden.
- ▶ Als Trainer den Wettbewerb motivierend begleiten.