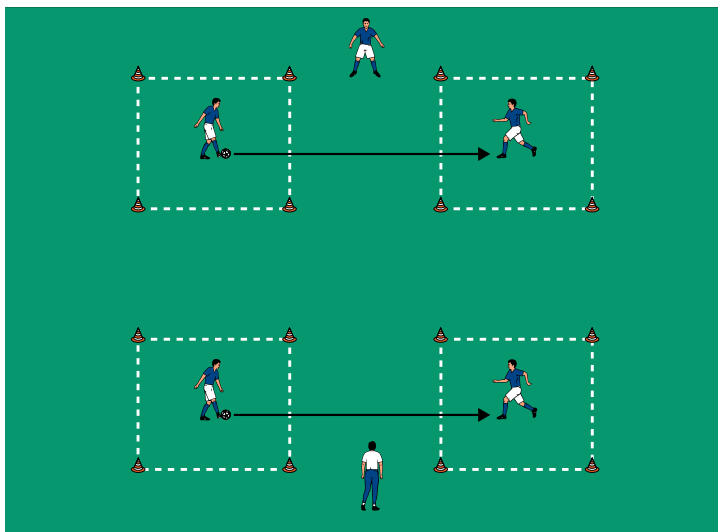


THEMA: TECHNIK-MEHRKAMPF



AUFWÄRMEN 1:

PASSSPIEL-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Vier 3 x 3 Meter große Passfelder in einem Abstand von 12 Metern markieren
- ▶ 4 Spieler den Feldern zuteilen und einen Wechselspieler als Schiedsrichter außerhalb der Felder postieren
- ▶ 2 Spieler haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler versuchen so in das gegnerische Feld zu passen, dass der Ball vom Gegner nicht kontrolliert werden kann.
- ▶ Gelingt dies, so erhält der Passgeber 1 Punkt.
- ▶ Ein Punkt ist jedoch nur dann gültig, wenn flach mit der Innenseite gepasst wurde.
- ▶ Anschließend passt der andere Spieler.
- ▶ Wer hat nach 3 Minuten die meisten Punkte?
- ▶ Nach jedem Durchgang einen Spielerwechsel durchführen.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Die Distanz dem Leistungsniveau der Spieler anpassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Punkte bringen nur technisch einwandfreie Pässe.
- ▶ Der Trainer korrigiert im Detail und motiviert.