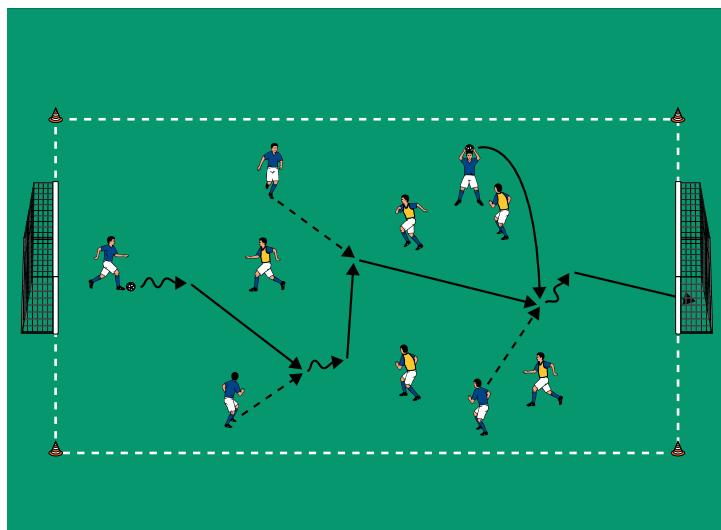


THEMA: DAS EINFACHE SPIEL IM TRAINING NUTZEN



AUFWÄRMEN 2: DOPPEL-BALL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 2 Teams zu je 5 Spielern bilden und mit einem Spielball im Feld postieren.
- ▶ Jedes Team hat 1 zusätzlichen Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen Fußball im 5 gegen 5 auf die Tore.
- ▶ Den zusätzlichen Ball werfen die Spieler innerhalb des eigenen Teams zu.
- ▶ Treffer sind nur gültig, wenn der Torschütze beim Torschuss auch einen Ball in der Hand hat.

VARIATIONEN

- ▶ Mit dem Ball in der Hand nur maximal 3 Schritte laufen.
- ▶ Treffer ohne Ball in der Hand einfach, mit Ball in der Hand zweifach werten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zunächst ohne, später mit Torhütern spielen.
- ▶ Zugeworfene Bälle des Gegners nicht abfangen.