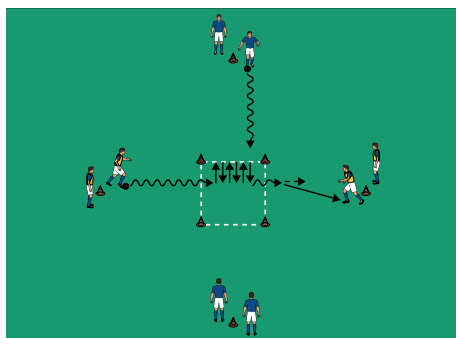
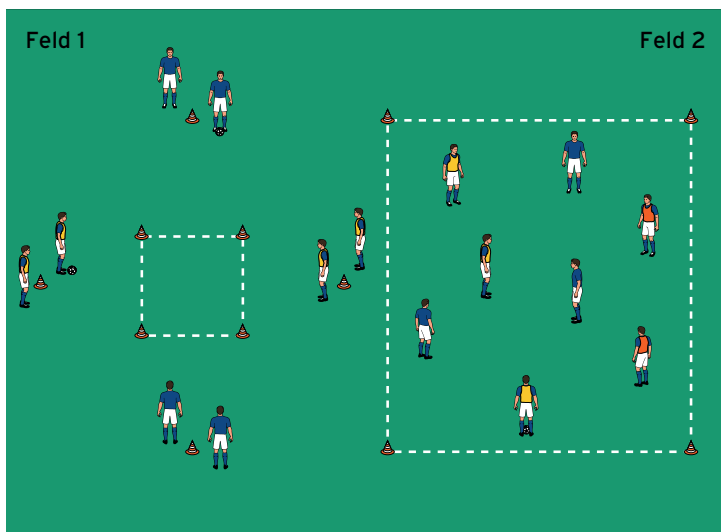
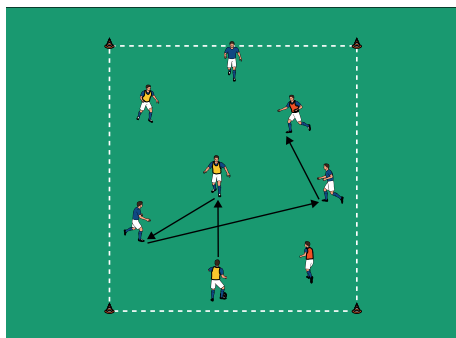


**THEMA: MIT TORSCHUSS-STAFFELN IN BEWEGUNG BLEIBEN**



Feld 1



Feld 2

**AUFWÄRMEN 1:**

**JONGLIERKREUZUNG**

**ORGANISATION**

- ▶ Feld 1: 1 Hütchenquadrat und Positionshütchen errichten.
- ▶ Feld 2: 1 Bewegungsraum markieren.
- ▶ 2 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen.

**ABLAUF FELD 1**

- ▶ 2 Mannschaften bilden und jeweils gegenüber an den Positionshütchen aufstellen.
- ▶ Jede Mannschaft mit Ball.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln ins Feld und jonglieren dort 5-mal.
- ▶ Anschließend dribbeln sie wieder aus dem Feld heraus und passen zum Mitspieler gegenüber.
- ▶ Welche Mannschaft erreicht zuerst wieder die Ausgangsposition?

**ABLAUF FELD 2**

- ▶ 3 Gruppen bilden und mit verschiedenfarbigen Leibchen kennzeichnen.
- ▶ Die Spieler passen sich zu: Der erste Pass erfolgt innerhalb der eigenen Gruppe, der zweite zu einem Spieler einer anderen Gruppe, der wiederum zu einem Mitspieler seiner Gruppe passt usw.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ In Feld 1 gegebenenfalls Jongliervorgaben erteilen (nur mit rechts/links, im Wechsel, mit dem Oberschenkel usw.).
- ▶ In Feld 2 darf der Ball das Feld nicht verlassen, sollte nicht ruhen und darf nicht zum Passgeber zurückgespielt werden.
- ▶ Später gegebenenfalls mit 2 Bällen gleichzeitig üben.