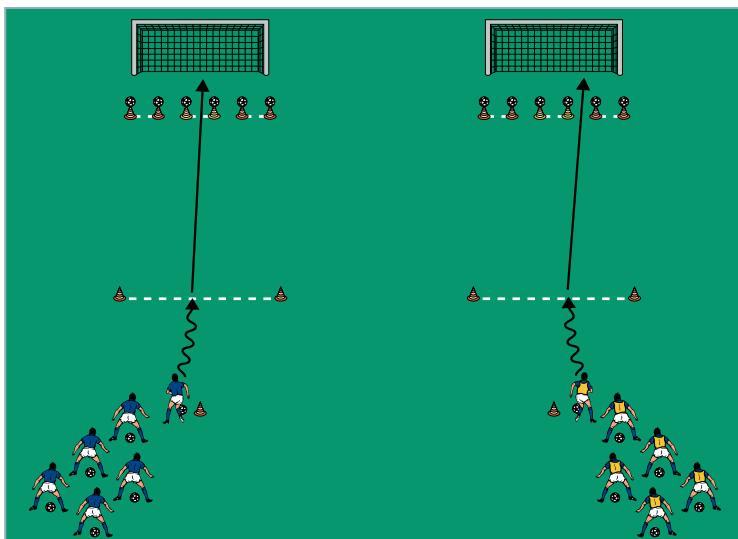




AUFWÄRMEN 2: Bällen ausweichen

von Frank Engel (02.06.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- Die Hütchen mit den Bällen vor den Toren bilden je 3 Hütchentore

Ablauf

- Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- Jetzt versuchen die Spieler, durch die Hütchentore zu schießen, ohne dass dabei ein Ball von den Hütchen fällt.
- Der jeweils nächste Spieler startet, sobald der Vordermann geschossen hat.
- Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Treffer?

Variationen

- Nur mit rechts/links dribbeln bzw. schießen.
- Nur mit der Innenseite schießen.
- Nur mit dem Vollspann schießen.
- Verschiedenfarbige Hütchentore errichten: Der Trainer ruft ein Hütchentor auf, das durchspielt werden muss.

Tipps und Korrekturen

- Gültige Treffer können nur durch Flachschüsse durch die Hütchentore erzielt werden.
- Die Spieler müssen sich jetzt von den Hütchen mit Bällen auf den freien Raum zwischen den Hütchen umorientieren.
- Die Entfernung der Schusslinie zu den Hütchen dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- Nach jedem Schuss sofort den Ball zurückholen. Dabei stets darauf achten, die Schussbahn für die nachfolgenden Spieler freizuhalten.