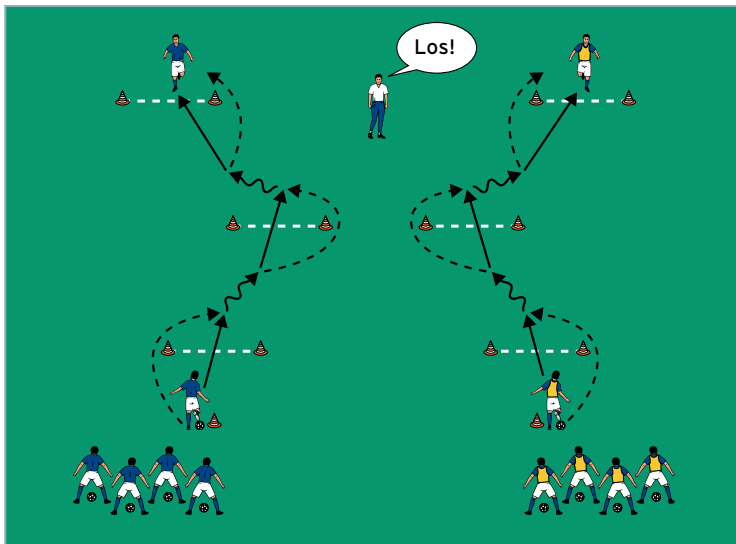


AUFWÄRMEN 2: Pass-Wettrennen

von Jörg Daniel (28.06.2016)



Organisation

- 2 Starthütchen nebeneinander aufstellen
- Vor jedem Starthütchen drei 2 Meter breite Hütchentore versetzt hintereinander markieren
- Die Teams beibehalten
- Jedes Team mit Bällen an einem Starthütchen und jeweils einen Spieler ohne Ball hinter dem letzten Hütchentor postieren

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando starten die ersten Spieler jedes Teams und durchpassen nacheinander die Hütchentore vor dem Starthütchen.
- Der Spieler, der zuerst durch das Hütchentor zu seinem Mitspieler passt, gewinnt 1 Punkt für sein Team.
- Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

Variationen

- Nur mit rechts/links passen.
- Eine maximal erlaubte Anzahl an Ballkontakten für das Durchspielen der Hütchentore vorgeben.
- Die Hütchentore vergrößern, verkleinern oder unterschiedlich groß markieren.

Tipps und Korrekturen

- Die Hütchentore durchspielen und umlaufen.
- Als Trainer zwischen den letzten Hütchentoren postieren, beide Teams beobachten und den jeweiligen Sieger laut aufrufen.
- Die Spieler gewinnen Punkte, wenn sie alle Hütchentore durchspielen.
- Nach jedem Durchgang übernimmt der Passspieler die Position des Mitspielers hinter dem letzten Hütchentor.