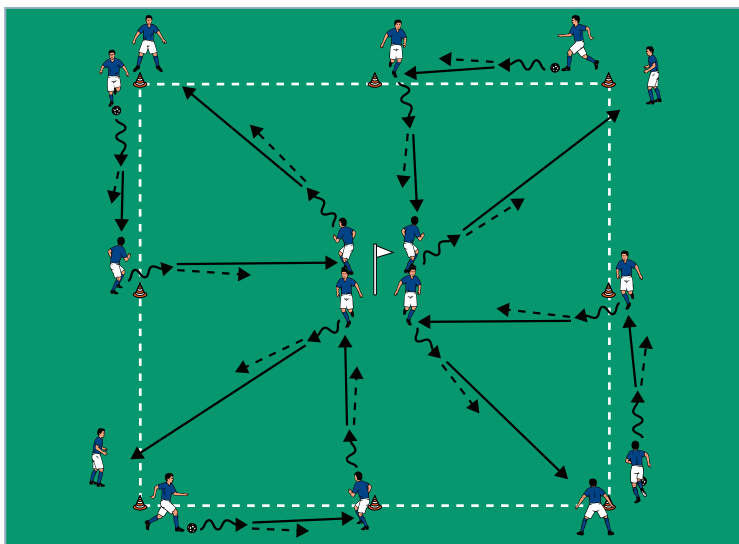


AUFWÄRMEN 2: Technik-Feld II

von Christian Wück (18.10.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Mittig im Feld eine Slalomstange aufstellen
- An jedes mittlere Hütchen einen Spieler sowie einen Spieler von jedem äußeren Hütchen an der Slalomstange postieren

Ablauf

- Der Ballbesitzer dribbelt kurz gegen den Uhrzeigersinn an und passt zum Spieler am mittleren Hütchen.
- Der Passempfänger nimmt seitlich ins Feld an und mit und passt zum Spieler an der Slalomstange.
- Der Spieler an der Slalomstange nimmt nach vorne ins Dribbling an und mit und passt zum nächsten Spieler am äußeren Hütchen.
- Jeder Spieler läuft seinem Zuspiel nach.

Variationen

- Im Uhrzeigersinn spielen.
- Der Spieler am mittleren Hütchen lässt klatschen und der Passgeber passt zum Spieler an der Slalomstange.
- Die Spieler an der Slalomstange nehmen im Feld an und mit und passen zu einem anderen äußeren Hütchen.
- Eine Passspiel-Staffel durchführen: Welche Gruppe hat zuerst 4 komplette Durchgänge absolviert.

Tipps und Korrekturen

- Kurz andribbeln und dann schnellstmöglich zum nächsten Spieler zuspielen.
- Gegen den Uhrzeigersinn vor allem mit dem rechten Fuß, im Uhrzeigersinn mit dem linken Fuß passen.
- Nur so hart zuspielen, dass der Mitspieler diesen sicher verarbeiten kann.
- Bei Fehlern im Ablauf die Spieler selbst Lösungen finden lassen.
- Jedes äußere Hütchen muss stets mit einem Spieler mit Ball besetzt sein.