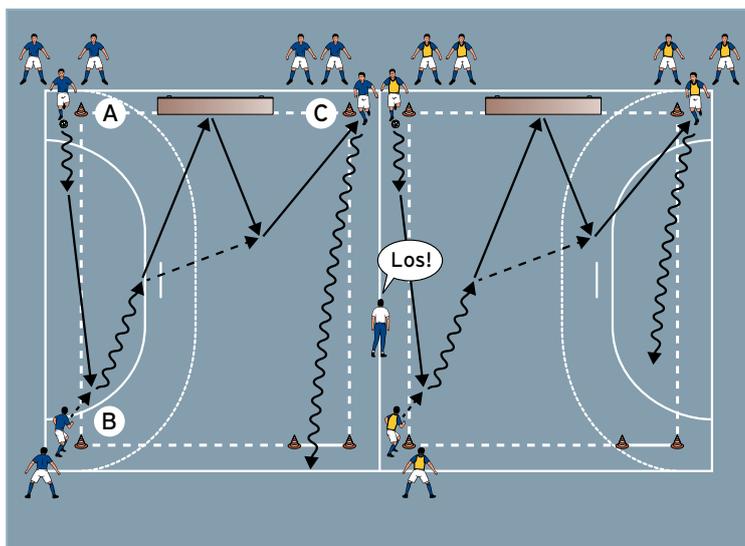


## AUFWÄRMEN 2: Schnelle Pass-Staffel

von Ralf Peter (13.12.2016)



### Organisation

- Den Grundaufbau und die Gruppen von zuvor beibehalten
- Zusätzlich jeweils schräg gegenüber von der Langbank je 1 Hütchenlinie errichten
- Die Spieler beider Gruppen stellen sich an den Eckhütchen A, B und C auf
- Alle Spieler bei A haben je 1 Ball

### Ablauf

- Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler von A ins Feld und passen zu B.
- B nimmt ins Feld an und mit und spielt einen 'Doppelpass' mit der Langbank.
- Anschließend passt er zu C, der das Zuspiel kontrolliert und schnellstmöglich durch das gegenüberliegende Hütchentor dribbelt.
- Der Spieler, der zuerst über die Linie dribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

### Variationen

- Die Spieler von A dürfen erst mit dem vierten Kontakt zu B passen.
- B muss den von der Langbank zurück-springenden Ball direkt auf C weiterleiten.
- Der Trainer ruft eine Finte auf. Jeweils alle 3 Spieler müssen die aufgerufene Finte in ihr Dribbling einbauen.

### Tipps und Korrekturen

- Der Ablauf ist bewusst kurz gehalten, um die Wartezeit für die übrigen Spieler nicht zu groß werden zu lassen.
- Als Trainer die Startkommandos sowohl per Zuruf als auch per Handzeichen geben.