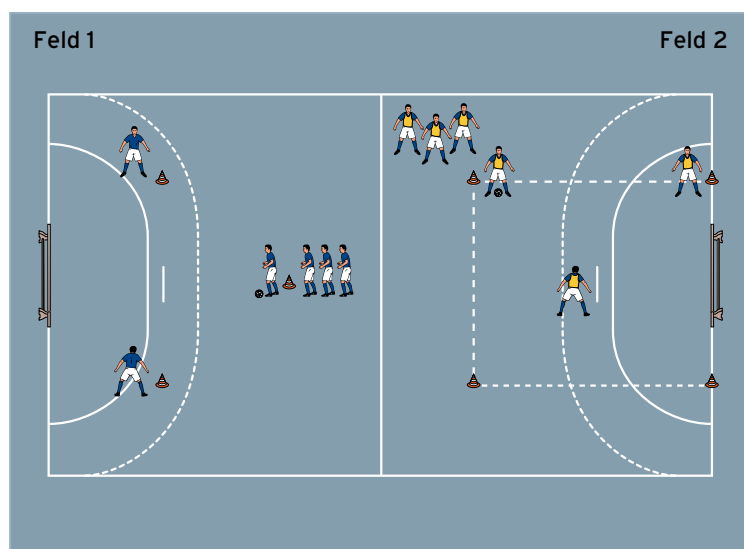
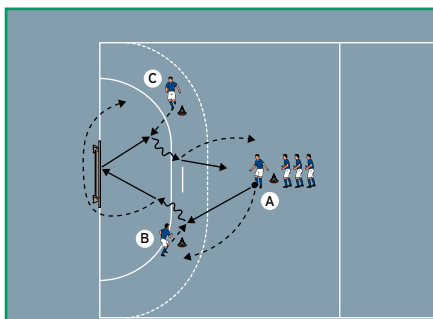


# AUFWÄRMEN 1: Pass-Rundlauf

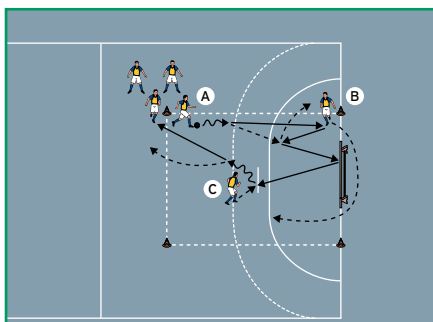
von Christian Wück (13.12.2016)



**Feld 1**



**Feld 2**



## Organisation

- 2 Felder mit Positionshütchen und je einer auf die Seite gelegten Langbank markieren
- 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen

## Ablauf

### Feld 1

- A passt zu B, der das Zuspiel kontrolliert und nach einem kurzen Dribbling flach gegen die Bank passt.
- Den zurückprallenden Ball übernimmt C, der nach einer Drehung und einem kurzen Dribbling zurück zu A passt.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

### Feld 2

- A dribbelt ins Feld und passt zu B, der zurückprallen lässt.
- Jetzt passt A so gegen die Bank, dass der Ball zu C abprallt.
- C kontrolliert das Zuspiel, dreht sich und passt zurück zur Startposition.
- Anschließend rücken alle Spieler eine Position weiter.

## Tipps und Korrekturen

- In beiden Feldern nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.
- Gerade beim Spiel auf ebenem Hallenboden lassen sich Schwächen im Passspiel leicht erkennen: Bälle, die unsauber gegen die Langbank gepasst werden, springen unkontrolliert zurück und sind schwer zu verarbeiten.
- Die Spieler zum beidfüßigen Passen motivieren!