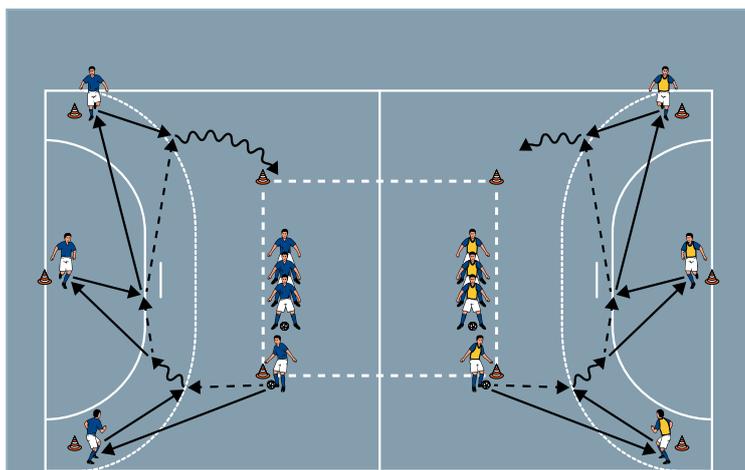


AUFWÄRMEN 2: Pass-Kreisel

von Ralf Peter (10.01.2017)



Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- 2 Mannschaften bilden

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passen die Spieler in vorgegebener Reihenfolge zu ihren Anspielern, die den Ball möglichst direkt prallen lassen.
- Anschließend dribbeln die Spieler von hinten zurück ins Bewegungsfeld.
- Der Spieler, der sich zuerst wieder im Bewegungsfeld befindet, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Variationen

- Den Wettkampf als Staffel organisieren.
- Nach dem Überdribbeln der Ziellinie passen die Spieler zum jeweils nächsten Mitspieler.
- Den Wettkampf als Rundlauf organisieren.

Tipps und Korrekturen

- Nach jedem Durchgang neue Anspieler benennen.
- Nach 2 kompletten Durchgängen tauschen die beiden Mannschaften die Seiten.