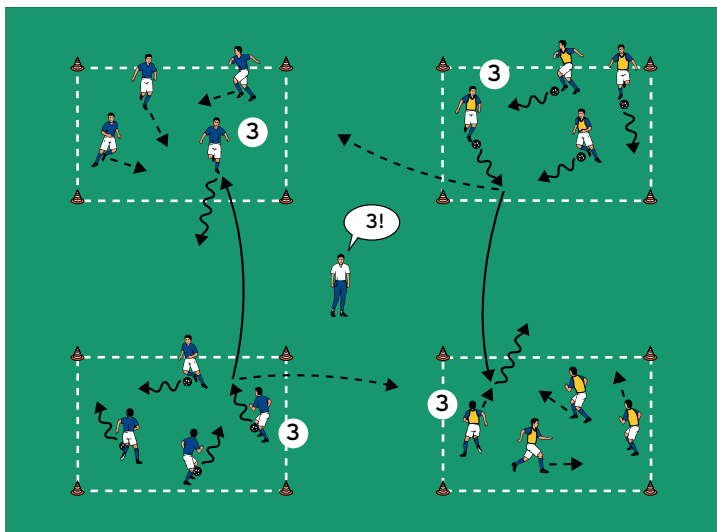


## B-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 2:

## DOPPEL-AKTION

von Meikel Schönweitz (07.03.2017)

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

### ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Mit dem Flugball auf das Trainerkommando sprinten die Passgeber jeweils ins gegnerische Feld und versuchen, einen Spieler zu fangen.
- ▶ Gleichzeitig dribbeln die Passempfänger ins Ausgangsfeld.
- ▶ Welcher Fänger fängt zuerst einen Läufer des Gegners (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?
- ▶ Welcher Passempfänger dribbelt zuerst ins gegenüberliegende Feld (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?

### VARIATIONEN

- ▶ Beim Dribbling ins andere Feld müssen die Spieler eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Die Fänger können mehrere Spieler des Gegners fangen: Welcher Fänger fängt innerhalb von 10 Sekunden die meisten Gegner?

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach der Aktion wechseln die aufgerufenen Spieler jeweils das Feld.
- ▶ Der Flugball muss jeweils im Feld kontrolliert werden.