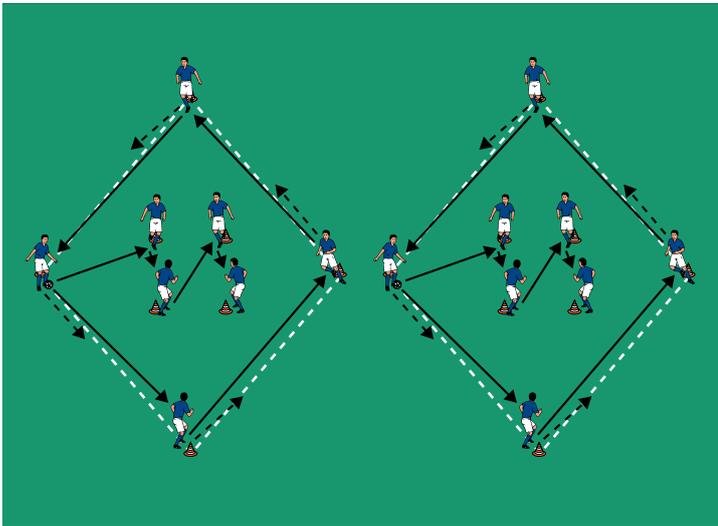


## B-JUNIoren



### AUFWÄRMEN 1:

#### PASS-MIX I

Meikel Schönweitz (02.05.2017)

#### ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 2 Rauten markieren
- ▶ In den Rauten jeweils 1 kleines Hütchenquadrat errichten
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

#### ABLAUF

- ▶ Zuerst passen die Spieler einmal um die Raute herum.
- ▶ Der Empfänger des letzten Passes spielt zu einem Spieler am Quadrat und alle Rautenspieler rücken eine Position weiter.
- ▶ Die Spieler im Quadrat spielen frei 8 Pässe in der Gruppe.
- ▶ Anschließend passen sie zurück zur Raute und wechseln ebenfalls die Position.

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der Pässe im Quadrat variieren.
- ▶ Die Anzahl der erlaubten Kontakte variieren.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In der Raute sollten die Spieler mit 2 Kontakten spielen.
- ▶ Im Quadrat sollten die Pässe direkt erfolgen.
- ▶ Nach jeweils 2 Minuten tauschen die Gruppen die Positionen und Aufgaben.