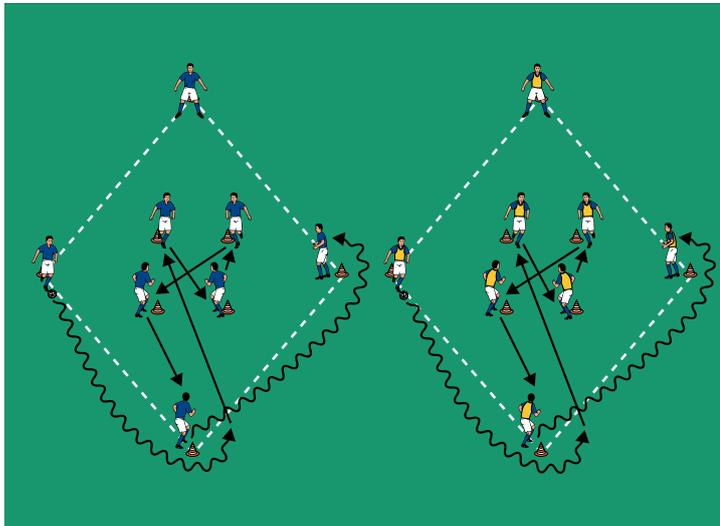


B-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

PASS-MIX II

Meikel Schönweitz (02.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet per Zuruf die Aktion.
- ▶ Der Startspieler an der Raute umdribbelt daraufhin das nachfolgende Hütchen und passt ins Quadrat.
- ▶ Hier spielen die Spieler 3 Pässe in der Gruppe.
- ▶ Anschließend zurück zur Passposition an der Raute spielen.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler dribbelt zum nachfolgenden Hütchen usw.
- ▶ Welche Mannschaft ist zuerst mit einem kompletten Durchgang fertig?

VARIATIONEN

- ▶ Die Passreihenfolge im Quadrat festlegen.
- ▶ Die Spieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Aktion ist beendet, sobald der vierte und somit letzte Spieler an der Raute zum Starthütchen gedribbelt ist.
- ▶ Nach jedem kompletten Durchgang wechseln die Spieler die Positionen und Aufgaben.