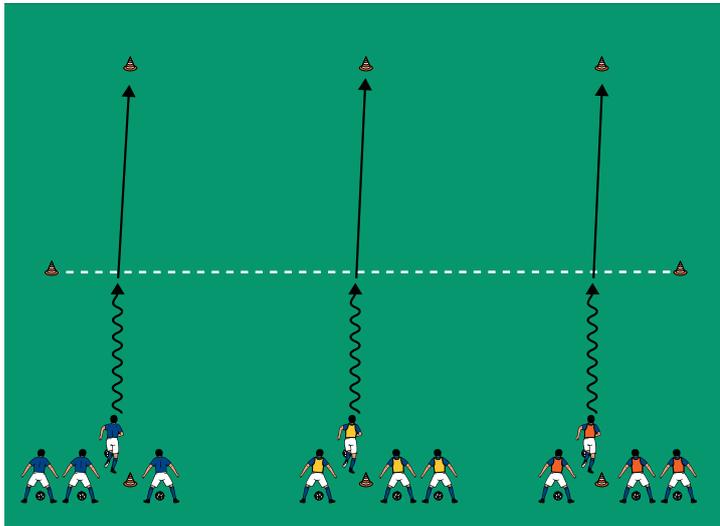


F-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

HÜTCHENKEGEL-TREFFER I

von Klaus Pabst (16.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ 3 Starthütchen nebeneinander aufstellen
- ▶ 20 Meter vor jedem Starthütchen ein weiteres Hütchen aufstellen
- ▶ Mittig dazwischen eine Passlinie markieren
- ▶ 3 Teams einteilen und die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler von jedem Starthütchen dribbeln zur Passlinie und schießen auf das gegenüberliegende Hütchen.
- ▶ Die jeweils nächsten Spieler starten, sobald die Mitspieler abgeschlossen haben.
- ▶ Jeder Treffer am Hütchenkegel ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welches Team erreicht zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts oder nur mit links passen.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen und zu den Hütchenkegeln rollen.
- ▶ Die Distanz der Passlinien zu den Hütchenkegeln vergrößern/verkleinern.
- ▶ Treffer an den Hütchenkegeln nach einem Pass mit dem schwächeren Fuß doppelt werten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nicht an der Passlinie stoppen, immer aus dem Dribbling passen.
- ▶ Umgeschossene Hütchenkegel stellt der Passgeber direkt wieder auf, so dass der nächste Spieler sofort starten kann.
- ▶ Nach jedem Pass sofort den Passweg zu den Hütchenkegeln frei machen, damit der nächste Spieler starten und punkten kann.