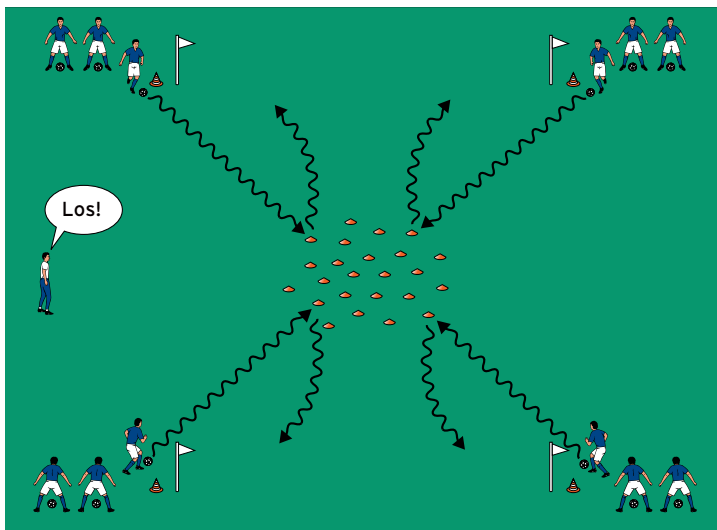


E-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

HÜTCHEN-SAMMLER

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Stangentore entfernen
- ▶ Neben jedem Eckhütchen eine kleine Slalomstange aufstellen
- ▶ Mittig im Feld mehrere kleine Hütchen auslegen
- ▶ Die Spieler mit Bällen gleichmäßig an den Eckhütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler ins Feld, heben je 1 Hütchen auf und stecken es auf die Slalomstange am eigenen Starthütchen.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler startet, sobald der Vordermann das Hütchen abgelegt hat.
- ▶ Welche Gruppe sammelt die meisten Hütchen?

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Nur mit der Fußsohle dribbeln.
- ▶ Den Ball in der Hand tragen.
- ▶ Den Ball mit den Händen rollen/prellen.
- ▶ Alle Spieler starten gleichzeitig.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Spieler darf immer nur ein Hütchen pro Durchgang mitnehmen.
- ▶ Die Lauf- und Dribbelwege kreuzen sich. Daher stets darauf achten, dass die Spieler den Blick vom Ball lösen, die Spielumgebung beobachten und ihren Mitspielern ausweichen.
- ▶ Bekannte Finten in das Dribbling einbauen.