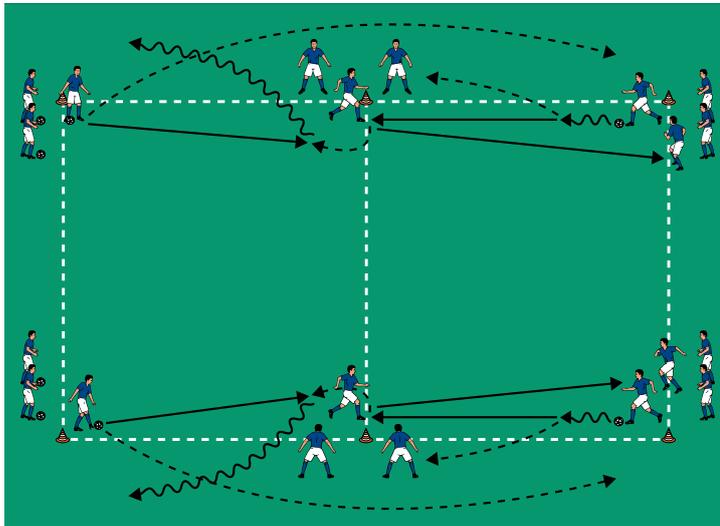


C-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

PASS-DOPPEL-FELD

ORGANISATION

- ▶ Mit 6 Hütchen zwei 20 x 20 Meter große zusammenhängende Felder markieren
- ▶ Die Spieler auf die Hütchen verteilen
- ▶ Die Spieler an den vier äußeren Hütchen haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln an und spielen zum Spieler am mittleren Hütchen.
- ▶ Der Ballempfänger nimmt an, passt zum vorderen Hütchen zurück, dreht sich und fordert ein Zuspiel vom Spieler des anderen Hütchens. Diesen Pass nimmt er an und mit.

VARIATIONEN

- ▶ Das erste Zuspiel erfolgt von einer der beiden diagonal gelegenen Stationen.
- ▶ Mit vier Bällen gleichzeitig spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Spieler fordern den Pass mit einem Kommando.
- ▶ Die ersten Durchgänge startet der Trainer, anschließend stimmen sich die Spieler selbst ab.