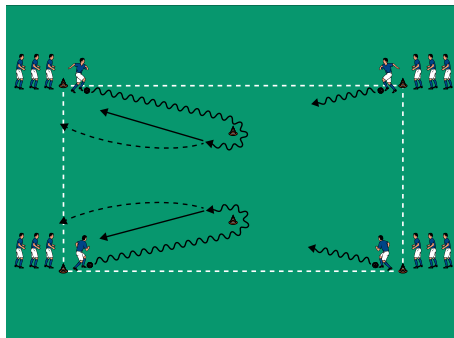
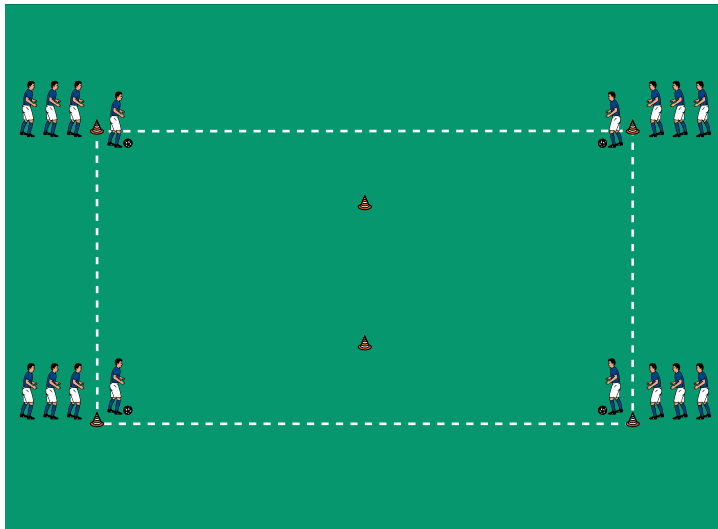
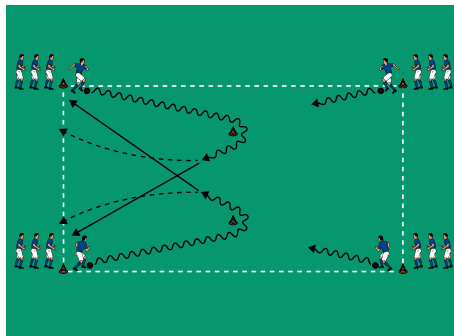


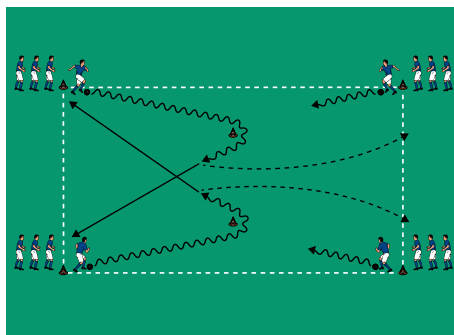
C-JUNIoren



Übung 1



Übung 2



Übung 3

AUFWÄRMEN 1:

PASSSPIEL-VARIANTEN

ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Hütchen ein Feld von 40 x 25 Metern markieren
- ▶ Mittig ins Feld eingerückt 2 weitere Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler an die äußeren Hütchen verteilen, die ersten haben einen Ball

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die ersten Spieler umdribbeln das Hütchen im Feld, passen gerade zum nächsten Spieler am Starthütchen und laufen zum Starthütchen zurück.
- ▶ Die angespielten Spieler kommen entgegen und nehmen zum Hütchen ins Feld mit.

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Die Spieler passen diagonal und laufen zum eigenen Starthütchen zurück.

ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Die Spieler passen diagonal und laufen zum gerade gegenüberliegenden Hütchen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ablauf beschleunigen und auch dem zweiten Spieler an jedem Hütchen einen Ball geben.
- ▶ Immer auf freie Passwege achten und nur bei Blickkontakt zum nächsten Spieler spielen.