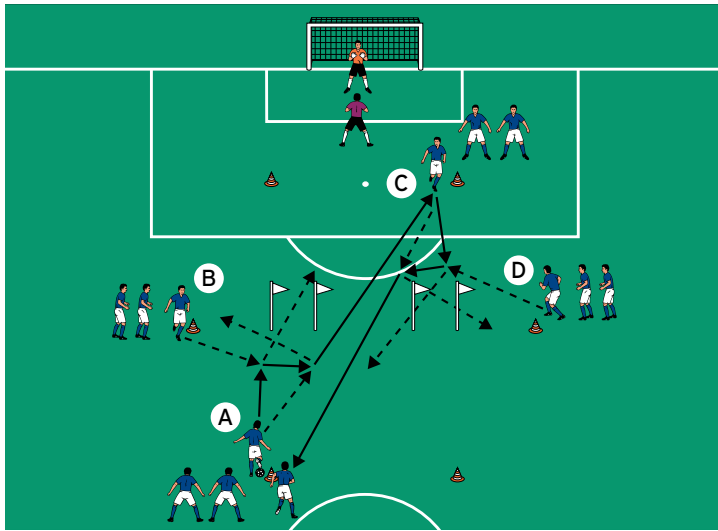


AKTIVE Ü20



AUFWÄRMEN 2:

ENTGEGENKOMMEN, PASSEN, PRALLEN LASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau weiter verwenden

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der das Zuspiel sofort zurückprallen lässt.
- ▶ Anschließend passt A auf C weiter.
- ▶ C passt auf D, der ebenfalls zurückprallen lässt.
- ▶ Anschließend passt C zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.
- ▶ Alle Spieler rücken nach ihrem Abspiel eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Über die jeweils andere Seite spielen.
- ▶ Alle Spieler müssen komplett im Direktpassspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Zuspiele jeweils stramm und präzise in den Fuß der Passempfänger erfolgen.
- ▶ Auf ein konzentriertes Prallenlassen achten: Der Ball soll komplett am Boden bleiben und darf nicht springen.
- ▶ Die Torhüter wärmen sich weiterhin separat auf.