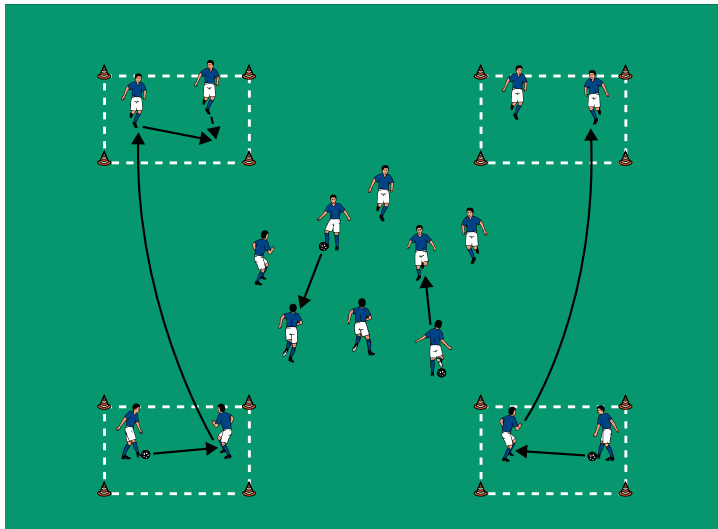


B-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

BALLROTATION I

ORGANISATION

- ▶ 4 Hütchenquadrate errichten
- ▶ 1 Pass- und 1 Flugballgruppe bilden
- ▶ Die Flugballgruppe gleichmäßig in den Feldern verteilen
- ▶ In 2 Feldern je 1 Ball bereithalten
- ▶ Die Spieler der Passgruppen postieren sich mit 2 weiteren Bällen zwischen den Feldern

ABLAUF

- ▶ Die Pass-Spieler in der Mitte des Feldes passen sich 2 Bälle in der Gruppe zu.
- ▶ Die Flugball-Spieler spielen Flugbälle in das jeweils gegenüberliegende Feld.
- ▶ Die Passempfänger legen kurz zum Mitspieler ab, der den jeweils nächsten Flugball spielt usw.

VARIATIONEN

- ▶ Die Pass-Spieler dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Flugball-Spieler führen einen Wettbewerb aus: Welche Gruppe spielt in 1 Minute die meisten Flugbälle?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Passspiel sollten die Spieler darauf achten, dass kein Ball zur Ruhe kommt oder zu weit wegrollt.
- ▶ Die Flugball-Spieler sollten die Flugbälle konzentriert zu spielen.
- ▶ Dadurch, dass kein Gegnerdruck besteht, haben sie ausreichend Zeit, sich den Ball zum Zuspiel zurechtzulegen.
- ▶ Nach jeweils 2 Minuten die Positionen und Aufgaben tauschen.