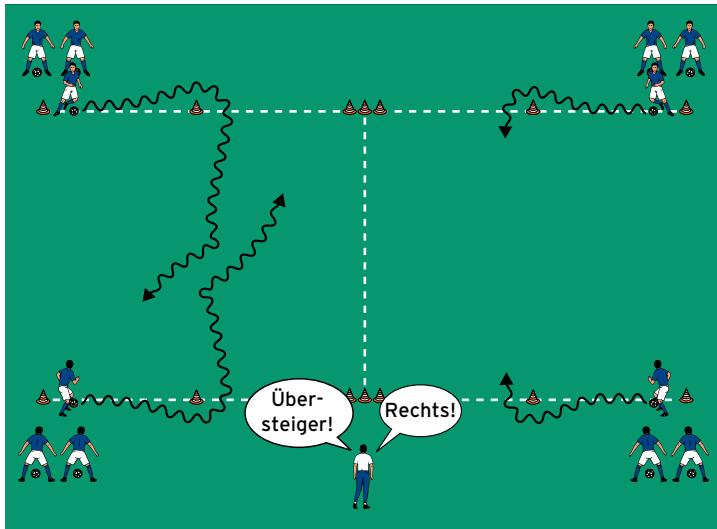


THEMA: FIT IM FINTIEREN



AUFWÄRMEN 1:

FINTEN-SPIEGEL

ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 2 Felder in der Größe von 15 x 15 Metern markieren
- ▶ Auf jeder Grundlinie der Felder jeweils ein Wendehütchen zentral platzieren
- ▶ Spielerpaare bilden und die Spieler auf die Felder verteilen

ABLAUF

- ▶ Vor Beginn eines Durchgangs nennt der Trainer die Finte und die Richtung zu der sie ausgeführt werden soll.
- ▶ Die Spieler umdribbeln das Wendehütchen und dribbeln dann im gleichen Tempo aufeinander zu, finieren und gehen zur Seite weg.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler fintieren auch um das Wendehütchen.
- ▶ Ein Spieler gibt die Finte vor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach der Finte sollte das Tempo noch einmal kurz erhöht werden.
- ▶ Um Zusammenstöße zu vermeiden, müssen die Spieler den Kopf oben behalten und den Mitspieler beobachten.