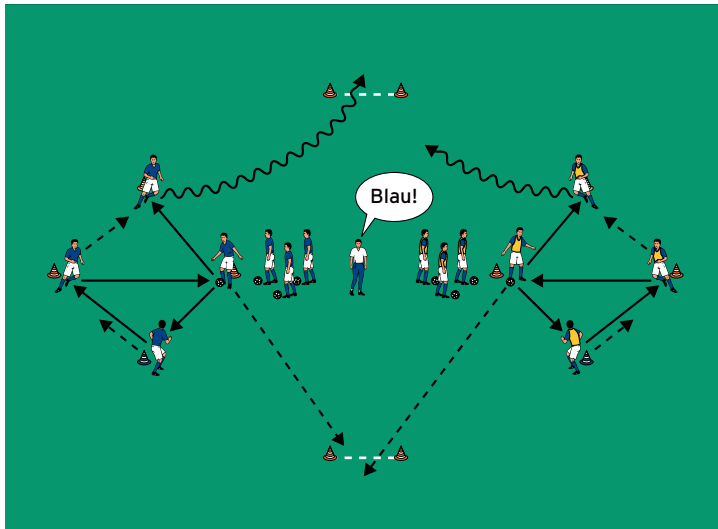


THEMA: SITUATIONEN SCHNELL ERKENNEN UND SOFORT REAGIEREN



AUFWÄRMEN 2:

DOPPEL-RAUTEN II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ 2 gegenüberliegende Hütchen der beiden Rauten verschiedenfarbig gestalten
- ▶ Von jeder Mannschaft stellen sich je 4 Spieler an den Rauten auf.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet per Zuruf einer Farbe die Aktion.
- ▶ Die Startspieler passen zum aufgerufenen Eckhütchen.
- ▶ Die dortigen Passempfänger spielen zum Mitspieler am seitlichen Hütchen weiter und sprinten über die nächstgelegene Hütchenlinie.
- ▶ Danach passen die Spieler zurück zum Startspieler, der zum Spieler am anderen farbigen Hütchen weiterleitet.
- ▶ Die dortigen Passempfänger dribbeln über die Ziellinie.
- ▶ Welche Spieler sprinten bzw. dribbeln zuerst über die jeweilige Linie (= jeweils 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen sich mit genau 2 Kontakten zuspieren (annehmen, passen).
- ▶ Die Schlussspieler müssen eine Finte ins Dribbling einbauen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jeder Aktion rücken 2 neue Spieler ins Feld.
- ▶ Die Spieler von den seitlichen Hütchen besetzen die Stirnseiten der Rauten.