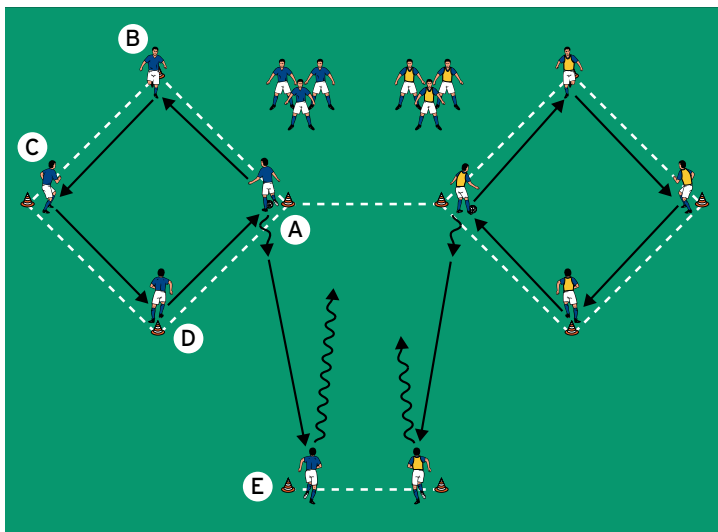


THEMA: AUCH UNTER GEGNERDRUCK SICHER VON HINTEN RAUS KOMBINIEREN



AUFWÄRMEN 2:

RAUTEN-DUELL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Zusätzlich 1 Hütchenlinie markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passt A zu B, der auf C weiterleitet.
- ▶ C passt zu D, der zu A zurückspielt.
- ▶ A spielt abschließend zu E, der über die Ziellinie dribbelt.
- ▶ Der Spieler, der zuerst die Linie überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Nach der Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen sich mit genau 2 Kontakten zuspelen (annehmen, passen).
- ▶ Die Passreihenfolge variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen die Zuspiele in einer offenen Grundposition erwarten, um möglichst direkt weiterleiten zu können.
- ▶ E darf erst zum Ball starten, wenn dieser die Linie überquert hat.
- ▶ Nach einem kompletten Durchgang wechseln die Mannschaften die Felder.