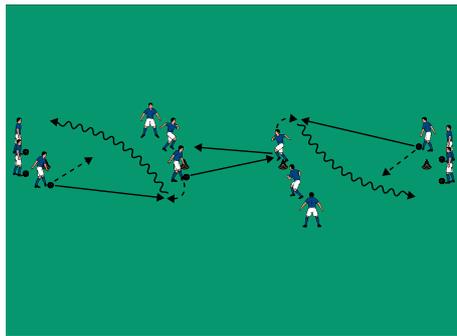
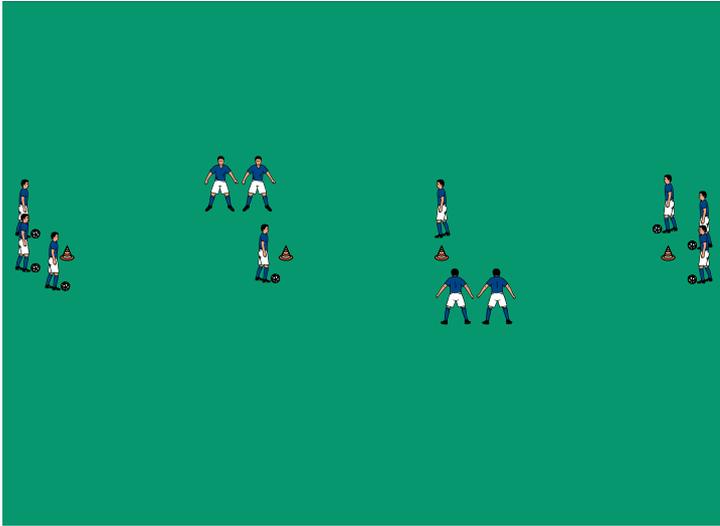
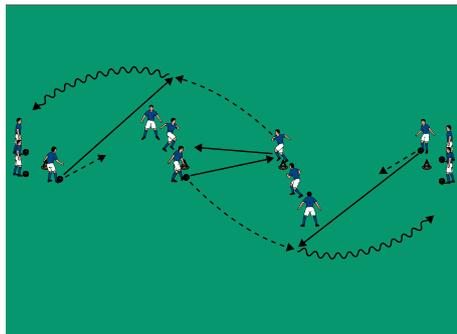


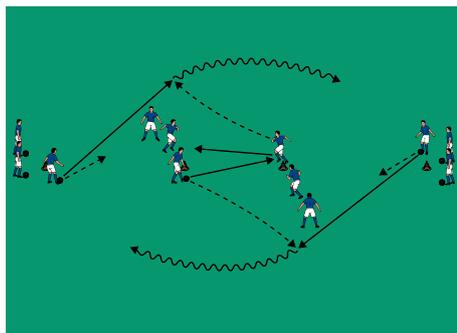
THEMA: DER ERSTE KONTAKT ENTSCHIEDET



Übung 1



Übung 2



Übung 3

AUFWÄRMEN 1:

BALLKONTROLL-LINIE

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen in einem Abstand von 40 Metern gegenüber aufstellen.
- ▶ 15 Meter vor jedem Starthütchen ein weiteres mittleres Hütchen positionieren
- ▶ Die Spieler besetzen die Hütchen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen und ein Spieler an den mittleren Hütchen Bälle haben

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die Spieler an den mittleren Hütchen passen sich zu.
- ▶ Nach jedem Pass drehen sich die Spieler, fordern ein Zuspiel vom ersten Spieler am Starthütchen und nehmen zum Starthütchen an und mit.
- ▶ Die Passgeber des Starthütchens laufen ihrem Pass zum mittleren Hütchen nach.

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nur jetzt fordern die Spieler das Zuspiel des ersten Spielers am Starthütchen gegenüber und nehmen zu diesem Starthütchen an und mit.

ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Wie Übung 2, nur jetzt nehmen die Spieler nach hinten zum anderen Starthütchen an und mit.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Ball zwischen den mittleren Hütchen bleibt immer zwischen diesen Hütchen. Zur besseren Orientierung hilft es, einen Ball in einer anderen Farbe zu verwenden.
- ▶ Mit zwei Kontakten spielen: Mit dem ersten annehmen, mit dem zweiten passen.