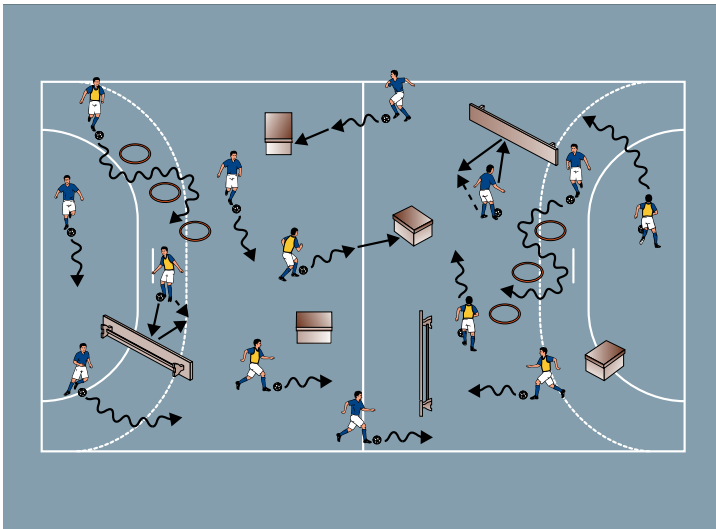


## THEMA: MIT SPIEL UND SPASS IN DIE HALLENSAISON



### AUFWÄRMEN 2:

#### AKTIONS-KOPIE

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Spielerpaare bilden
- ▶ 1 Ball pro Spieler

##### ABLAUF

- ▶ Ein Partner dribbelt durch das Feld und bezieht die Hindernisse mit ein.
- ▶ Sein Partner macht die Aktionen nach, jedoch nie an der selben Station.
- ▶ Aufgabenwechsel nach 2 Minuten.

##### VARIATIONEN

- ▶ Auf ein Trainerkommando für 5 Sekunden im Tempodribbling durch das Feld.
- ▶ 2 Aktionen hintereinander ausführen, die der Partner anschließend kopiert.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Partner müssen stets Kontakt zueinander halten.
- ▶ Eine Aktion beenden, bevor die nächste gestartet wird.
- ▶ Die geforderten Techniken sauber durchführen.