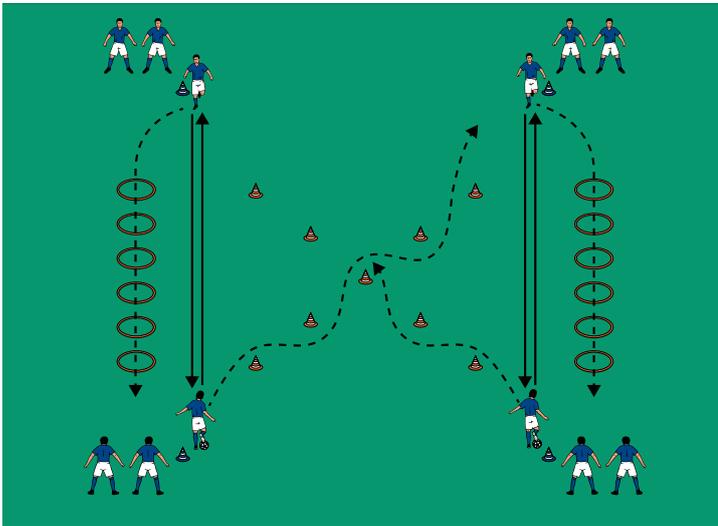


## THEMA: DAS PASSSPIEL GEZIELT VERBESSERN



### AUFWÄRMEN 1:

## PASSEN UND LAUF-KOORDINATION

### ORGANISATION

- ▶ Eine Kreuzform aus 9 Hütchen aufbauen
- ▶ An jeder Ecke ein Starhütchen aufstellen
- ▶ An der einen Seitenlinie eine Koordinationsleiter auslegen
- ▶ An der gegenüberliegenden Seitenlinie fünf Mini-Hürden aufstellen

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler an zwei gegenüberliegenden Stationen passen sich zu.
- ▶ Nach jedem Pass erfolgt der Lauf durch ein Koordinationselement.
- ▶ Die Kreuzform wird per Sidesteps durchquert.

### VARIATIONEN

- ▶ Mit nur 2 Kontakten spielen.
- ▶ Die Kreuzform rückwärts per Sidesteps durchqueren.
- ▶ Die Laufvorgaben für die Koordinationsleiter variieren.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Technik und Präzision des Passspiels korrigieren.
- ▶ Die Spieler müssen selbst prüfen, ob ihr Gegenüber anspielbereit ist.