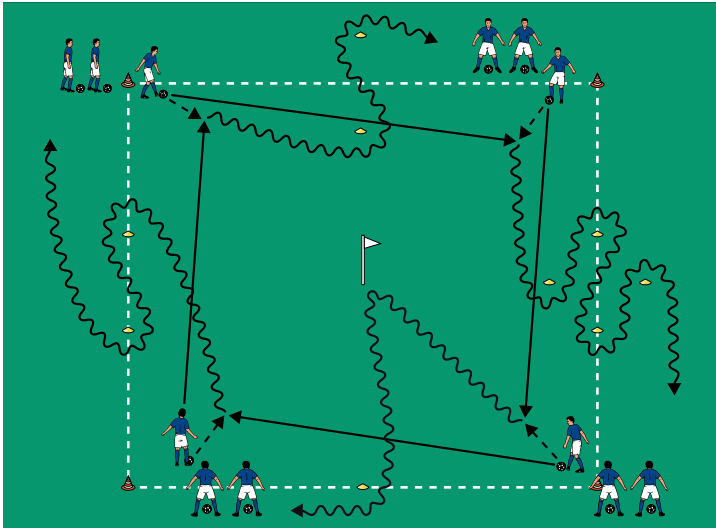


THEMA: IM STATIONSTRAINING BALLKONTAKTE SAMMELN



AUFWÄRMEN 2:

STATIONS-VIERECK II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler passen gleichzeitig und im Uhrzeigersinn zum ersten Spieler am nächsten Starthütchen.
- ▶ Die Spieler nehmen die jeweiligen Zuspiele an und mit und dribbeln zum nächsten Starthütchen.
- ▶ Dabei die Hütchentore oder -Raute im Slalom umdribbeln.
- ▶ Am einzelnen Hütchen zuvor die Stange andribbeln und dort den Ball abkappen.

VARIATIONEN

- ▶ Aus der Hand hoch zum nächsten Spieler werfen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand hoch zum nächsten Spieler passen.
- ▶ Gegen den Uhrzeigersinn passen und dribbeln.
- ▶ Gegen den Uhrzeigersinn passen und im Uhrzeigersinn dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die ersten Spieler müssen immer gleichzeitig starten.
- ▶ Nach dem Pass sofort zum Zuspiel des Mitspielers orientieren.
- ▶ Das Zuspiel stets in den Lauf des Mitspielers passen.