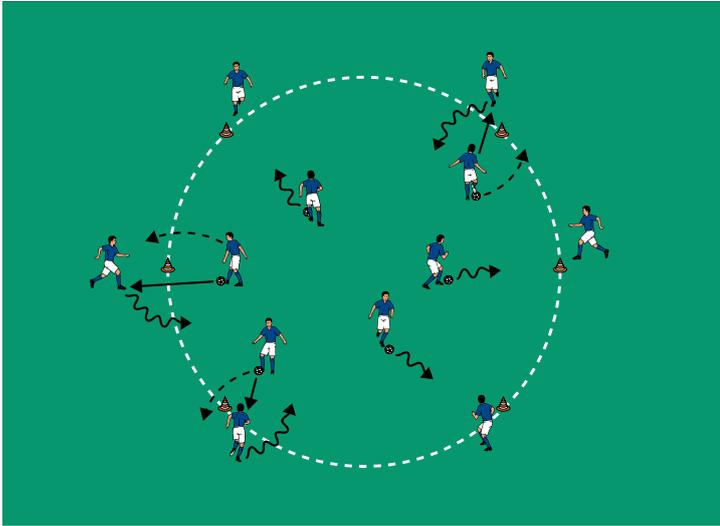


THEMA: IM TEAM KOMBINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

PASS-KREIS

ORGANISATION

- ▶ Mit 6 Hütchen einen 20 Meter großen Kreis markieren
- ▶ An den Hütchen je 1 Spieler postieren
- ▶ Die übrigen Spieler mit Bällen im Kreis verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer passen zu einem Außenspieler, laufen ihren Zuspielen nach und besetzen die Hütchen.
- ▶ Die Passempfänger nehmen in den Kreis an und mit, passen zu einem Außenspieler usw.

VARIATIONEN

- ▶ Zuwerfen, anstatt zu passen.
- ▶ Die Bälle per Volleyschuss aus der Hand zuspielen.
- ▶ Als Ballbesitzer zunächst zu drei Außenspielern passen, ehe sie die Position wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Erst nach Blickkontakt zum Außenspieler passen.
- ▶ Stets aus der Bewegung passen.
- ▶ Beim Positionswechsel eine Tempoverschärfung einfordern.