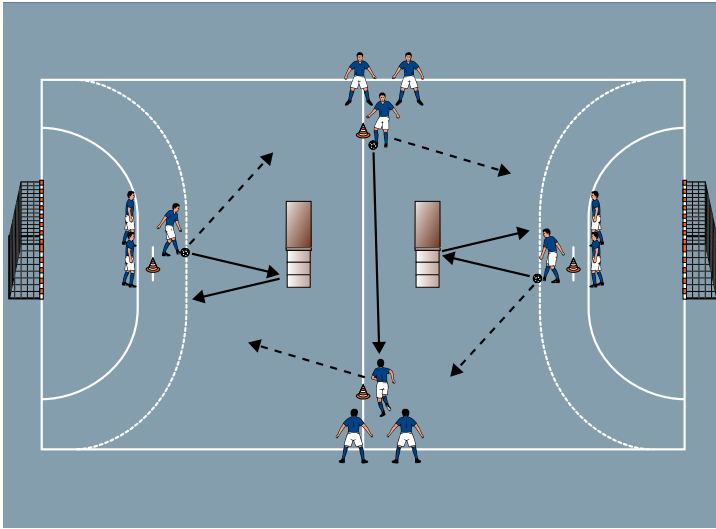


THEMA: IN JEDER AKTION SCHIESSEN



AUFWÄRMEN 1:

PASS-RUNDLAUF

ORGANISATION

- ▶ 1 Raute markieren
- ▶ Vor 2 gegenüberliegenden Starthütchen je 1 Turnkasten aufstellen
- ▶ Die Spieler an die Hütchen verteilen
- ▶ Die ersten Spieler an den Turnkästen und einem weiteren Hütchen haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen gegen die Turnkästen bzw. zum Hütchen gegenüber und rücken jeweils im Uhrzeigersinn eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Den Ablauf im Gegenuhrzeigersinn durchführen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler achten eigenständig darauf, dass stets alle Hütchen besetzt sind.
- ▶ Nach dem Pass nur weiterlaufen, wenn bereits ein weiterer Spieler am Hütchen ist.