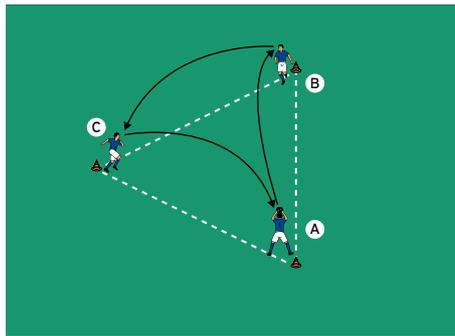
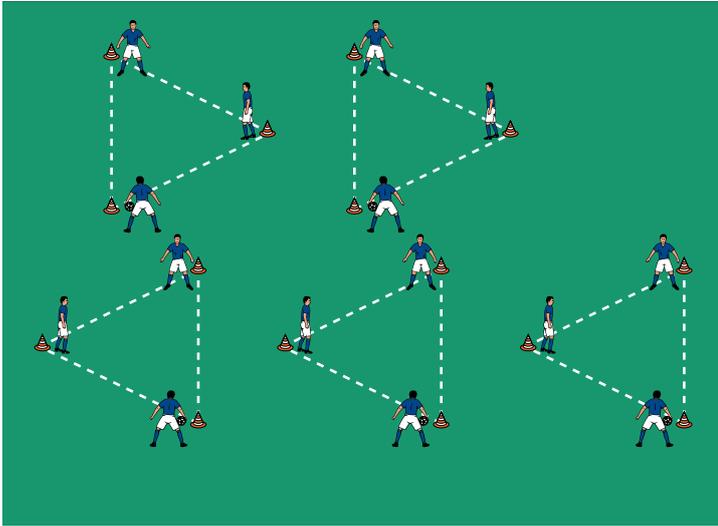


THEMA: FLANKEN UND KÖPFEN



AUFWÄRMEN 2:

KOPFBALL NACH ZUWURF IM DREIECK

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen beibehalten

ABLAUF

- ▶ A wirft B per Schockwurf von unten zum Kopfball zu.
- ▶ B köpft direkt zu C weiter, der den Ball fängt.
- ▶ C wirft A zum Kopfball zu, der auf B weiterköpft usw.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln: Im Uhrzeigersinn zuwerfen und weiterköpfen.
- ▶ Höher zuwerfen und im Sprung weiterköpfen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe absolviert zuerst 5 fehlerfreie Doppelrunden?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf einen präzisen Zuwurf von unten achten!
- ▶ Die Kopfballtechnik detailliert korrigieren (Bogenspannung usw.).
- ▶ Auf die korrekte Drehung des Oberkörpers beim Köpfen achten.
- ▶ Möglichst mit offenen Augen weiterköpfen.