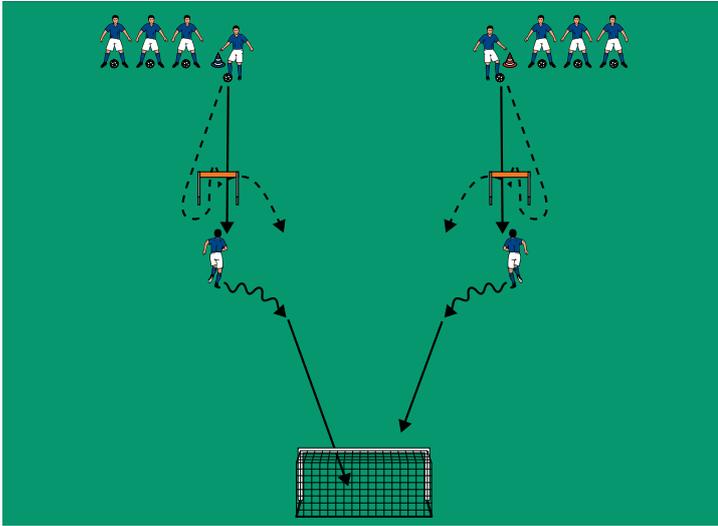


THEMA: BEI DER KOORDINATION DIE SPRÜNGE NICHT VERGESSEN!



AUFWÄRMEN 2:

HÜRDEN-PASS-SPRUNG: WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und -organisation beibehalten.
- ▶ 30 Meter vor den Hürden 1 Tor aufstellen.
- ▶ 2 Teams bilden.

ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer passt durch die Hürde zum Spieler gegenüber, überspringt die Hürde von hinten und läuft dem Pass nach.
- ▶ Der Passempfänger nimmt zum Tor mit und schießt ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, erhält einen Punkt für seine Gruppe.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe gewinnt zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Hürde rechts umlaufen und mit rechts abspringen.
- ▶ Die Hürde links umlaufen und mit links abspringen.
- ▶ Ein Hütchen in der Tormitte aufstellen und jeder Gruppe eine Torhälfte zuweisen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Durchgänge stets parallel starten.
- ▶ Punkte nur bei korrektem Überspringen der Hürde vergeben.