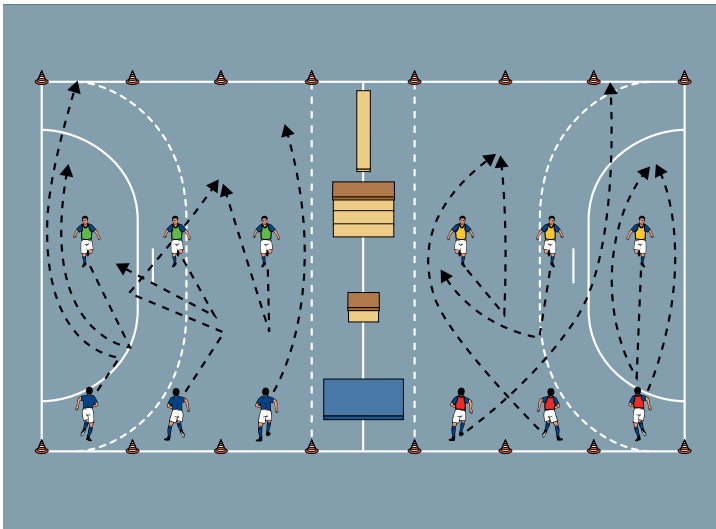


THEMA: IN TURNIEREN DAS TORWARTSPIEL AUSPROBIEREN



AUFWÄRMEN 1:

FANG-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ Zwei 25 x 20 Meter große Felder mit je zwei etwa 3,5 Meter großen Pylonentoren an den Wänden markieren.
- ▶ Zwischen den Feldern 4 Hallengeräte aufbauen.
- ▶ 4 Teams einteilen, je 1 Team an einer Wand, das andere in der Mitte aufstellen.

ABLAUF

- ▶ Das Team an der Wand läuft zur Wand gegenüber und klatscht dort ab. Das Team in der Mitte fängt.
- ▶ 1 Punkt pro Fang.
- ▶ Anschließend einen Aufgabenwechsel durchführen.

VARIATIONEN

- ▶ Fang-Turnier: 3 Durchgänge im Modus "jeder gegen jeden" spielen.
- ▶ Beide Teams starten rückwärts und drehen sich um.
- ▶ Beide Teams starten aus der Hocke.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fangspiele verbessern die Schnelligkeit.
- ▶ Zugleich ergeben sich viele Ausweichbewegungen.
- ▶ Die Felder zu Beginn vollständig aufbauen, auch wenn nicht alles von Anfang an genutzt wird.