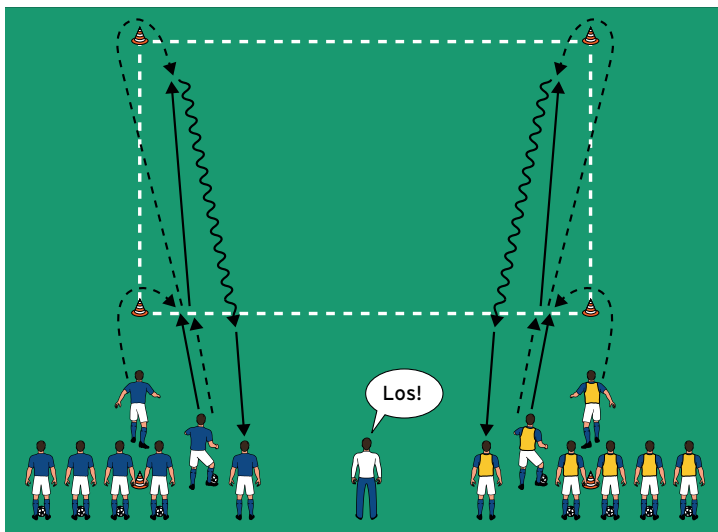


THEMA: SCHNELL UMSCHALTEN UND GEZIELT TORCHANCEN HERAUSSPIELEN



AUFWÄRMEN 2:

STAFFELWETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen aus Aufwärmen 1 beibehalten.
- ▶ 1 weiteren Spieler pro Gruppe als Zielspieler einteilen.
- ▶ Die Zielspieler haben ebenfalls keine Bälle.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando umlaufen die beiden ersten Spieler das vor ihnen liegende Hütchen.
- ▶ Die Zuspiele der jeweils ersten Ballbesitzer stoppen sie, drehen sich sofort um und sprinten um das jeweils hintere Hütchen.
- ▶ Die Passgeber nehmen die Bälle wieder auf und passen den Empfängern erneut zu.
- ▶ Diese kontrollieren die Zuspiele, dribbeln durch das Feld und passen jeweils zurück zum Zielspieler.
- ▶ Der erste Ballbesitzer wird Passempfänger, der Empfänger wird Zielspieler, und der Zielspieler stellt sich bei den Passgebern wieder an.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler laufen nach dem Stoppen des Balls zum jeweils diagonal gegenüberliegenden Hütchen und dribbeln diagonal zum eigenen Starthütchen zurück.
- ▶ Den ersten Pass per Einwurf zuspelen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Zielspieler erhält zuerst den Ball (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei den Zuspielen und Dribblings jeweils den Blick vom Ball lösen, um Zusammenstöße zu vermeiden.
- ▶ Auf ein gutes Timing und Genauigkeit beim Passen achten.
- ▶ Den Ball mit möglichst vielen Kontakten eng führen.