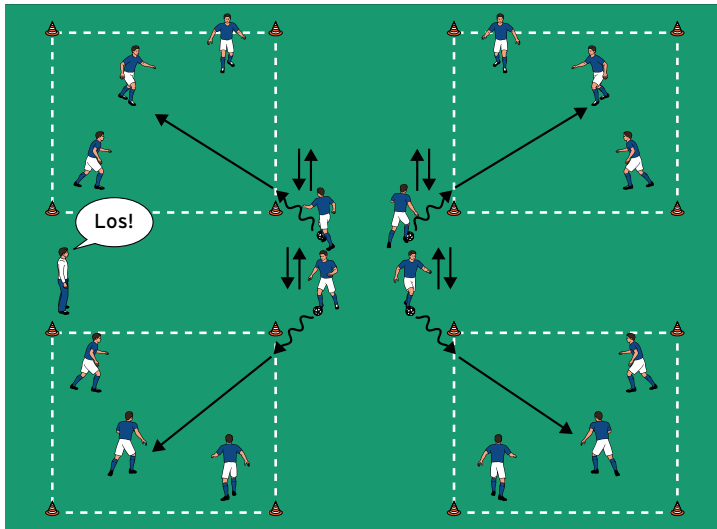


## THEMA: TORCHANCEN ÜBER DEN FLÜGEL HERAUSSPIELEN



### AUFWÄRMEN 2:

## JONGLIEREN UND PASSEN

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Von jedem Team einen Spieler mit Ball zwischen den Feldern postieren.

### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando nehmen die Spieler in der Mitte den Ball hoch, jonglieren 10-mal, dribbeln zurück ins Feld und passen zu einem Mitspieler.
- ▶ Welches Team absolviert zuerst 5 Zuspiele?
- ▶ Anschließend rücken die nächsten Spieler in die Mitte.
- ▶ Welches Team gewinnt zuerst 5 Durchgänge?

### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts oder links jonglieren.
- ▶ Abwechselnd mit links und rechts jonglieren.
- ▶ Den Ball 20-mal zwischen den Füßen hin- und herpendeln.
- ▶ Die Zuspiele im Feld dürfen nur mit 2 Pflichtkontakten erfolgen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine Technikaufgabe wählen, die von allen Spielern bewältigt werden kann und nicht zu lange dauert.
- ▶ Beim Passspiel im Feld auf einen angemessenen Abstand achten. Eventuell jedem Spieler eine Spielfelddecke zuweisen, aus der er agieren muss.