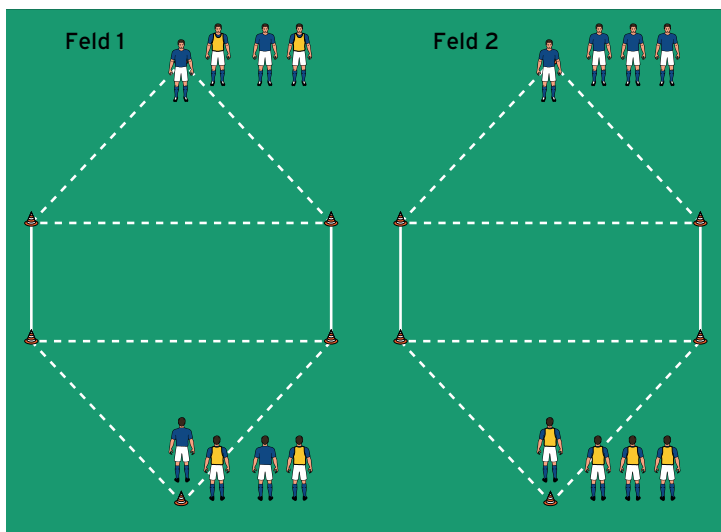
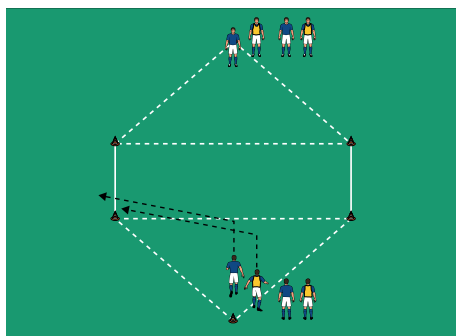


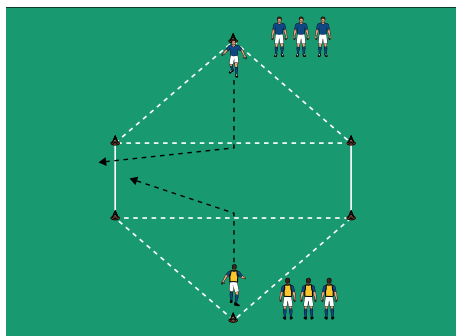
THEMA: DAS TIEFE ANSPIEL IN DIE SPITZE ANTIIZPIEREN



Feld 1



Feld 2



AUFWÄRMEN 2:

SPRINT-DUELLE

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die seitlichen Linien des Raums zwischen den beiden Dreiecken als Ziellinien kennzeichnen.
- ▶ Die Spieler paarweise zuordnen.
- ▶ In Feld 1 starten sie nebeneinander.
- ▶ In Feld 2 stehen sich die beiden Spieler gegenüber.

ABLAUF FELD 1

- ▶ 1 Spieler übernimmt die Aufgabe des Läufers, der andere die des Jägers.
- ▶ Der Läufer läuft von einem der Starthütchen im lockeren Tempo ins Feld, dicht gefolgt vom Jäger.
- ▶ Plötzlich tritt der Läufer an und versucht, als erster über eine der beiden Hütchenlinien zu sprinten.
- ▶ Gelingt es ihm, so erhält er 1 Punkt.
- ▶ Gelingt es jedoch dem Jäger, gleichzeitig oder sogar vor dem Läufer die Linie zu überlaufen, so erhält er 2 Punkte.

ABLAUF FELD 2

- ▶ 1 Spieler übernimmt die Aufgabe des Läufers, der andere die des Jägers.
- ▶ Die Spieler laufen von den gegenüberliegenden Starthütchen aufeinander zu.
- ▶ Plötzlich tritt der Läufer zu einer Seite an, der Jäger folgt ihm.
- ▶ Welcher Spieler sprintet zuerst über die Ziellinie (= 1 Punkt)?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Jäger müssen schnellstmöglich auf die plötzlichen Tempowechsel der Läufer reagieren.
- ▶ Gegebenenfalls mit Lauffinten agieren.
- ▶ Alternativ können die Duelle auch mit Ball erfolgen.