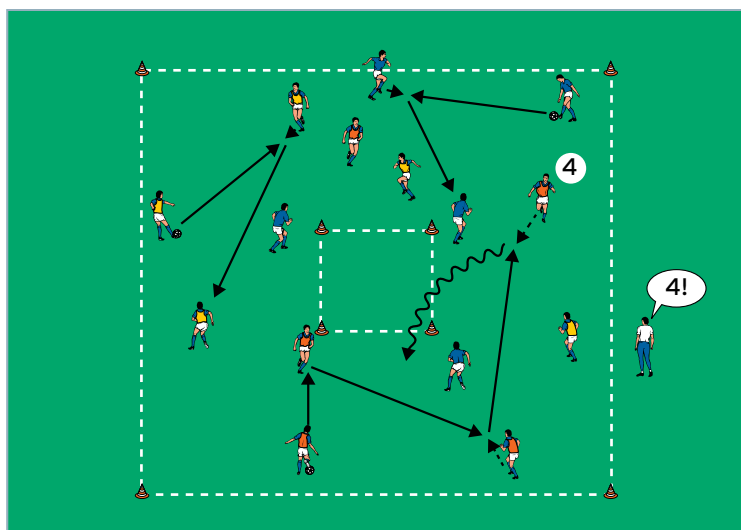


AUFWÄRMEN 1: Pass-Staffel

von Mario Vossen (03.06.2014)



Organisation

- 1 kleines und 1 großes Quadrat errichten
- 3 Mannschaften bilden
- Die Spieler jeweils durchnummerieren
- Jede Mannschaft erhält 1 Ball

Ablauf

- Die Spieler passen sich zunächst frei in der Gruppe zu.
- Der Trainer ruft laut eine Zahl auf.
- Daraufhin müssen die Teams mit genau 3 Pässen zum aufgerufenen Spieler spielen.
- Dieser nimmt das Zuspiel durch das kleine Hütchenquadrat an und mit.
- Anschließend passen sich die Teams bis zum nächsten Trainerkommando in den eigenen Reihen zu usw.

Variationen

- Es darf nicht zum Passgeber zurückgespielt werden.
- Nach dem Trainerkommando 4 Pässe in der Gruppe spielen.
- Die Aktion läuft als Wettspiel ab: Der Spieler, der zuerst das kleine Quadrat durchdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Tipps und Korrekturen

- Es darf nicht durch das kleine Quadrat gepasst werden!
- Die aufgerufenen Spieler müssen 2 Linien des Hütchenquadrats überdribbeln, ehe sie zum jeweils nächsten Mitspieler weiterpassen können.
- Die Mannschaften bleiben in der gesamten Einheit zusammen. Für die Gesamtwertung gilt: Das Gewinner-Team dieses Wettbewerbs erhält 3 Punkte, die zweitplatzierte Mannschaft 1 Punkt.