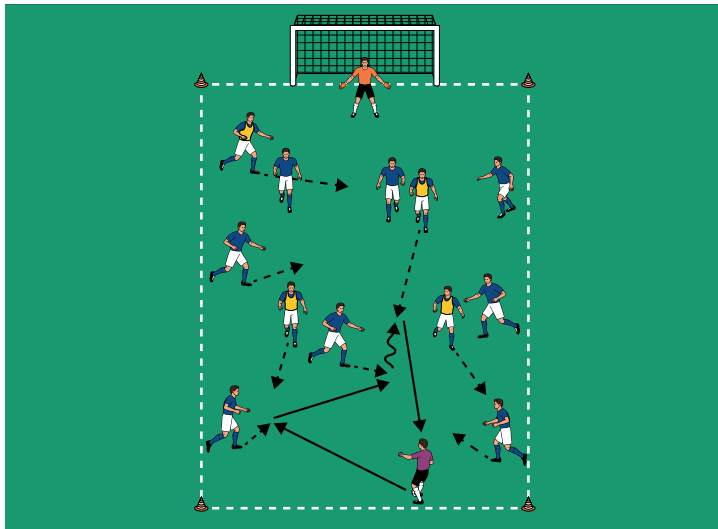


**THEMA: MIT SPIEL UND SPASS DIE FITNESS STABILISIEREN**



**SCHLUSSTEIL:**

**PASS-VORBEREITUNG**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 8 Angreifer und 4 Verteidiger bestimmen.

**ABLAUF**

- ▶ 8 gegen 4 auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Der Torhüter auf der Grundlinie startet die Aktion durch ein Zuspiel auf einen Angreifer.
- ▶ Die Angreifer müssen sich zunächst mindestens 8-mal in den eigenen Reihen zuspielen, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Gelingt den Verteidigern nach Balleroberung ein Dribbling über die torentfernte Grundlinie, so erhalten sie ebenfalls 1 Punkt.
- ▶ Nach einer Weile die Aufgaben und Positionen wechseln.

**VARIATIONEN**

- ▶ Das Ballbesitzer müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Pässe variieren.
- ▶ 2 Teams zu je 6 Spielern bilden und 2 Tore mit Torhütern aufstellen. Zum Schluss frei spielen lassen.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Im Abschluss an die erforderlichen Pässe in den eigenen Reihen möglichst zielstrebig abschließen.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer laut mitzählen.
- ▶ Zwischen den Durchgängen ausreichend Pausen einplanen