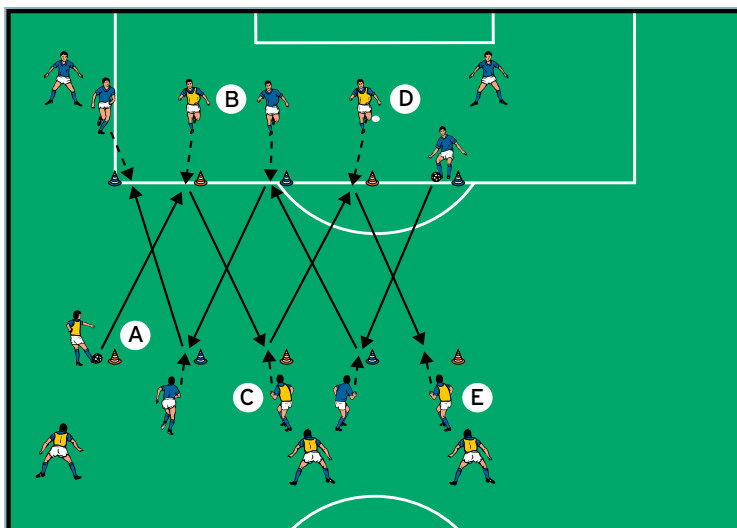


AUFWÄRMEN 2: Passen und Entgegenstarten im Winkel-Parcours

von Armin Friedrich (21.10.2014)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die Spieler stellen sich jetzt jeweils 2 Meter hinter den Hütchen auf

Ablauf

- Den Grundablauf beibehalten.
- Jetzt passen sich alle Spieler von Hütchen zu Hütchen zu.
- Die jeweiligen Passempfänger starten den Zuspielen mit einer Auftaktbewegung aktiv entgegen.

Variationen

- Mit genau 2 Kontakten zuspielen (annehmen, passen).
- Im Direktspiel zupassen.

Tipps und Korrekturen

- Auf eine offene Stellung der Passempfänger sowie Blickkontakt vor den Abspielen achten.
- Im Direktpassspiel (siehe Variationen) zunächst langsamer zupassen, damit die Präzision nicht leidet.