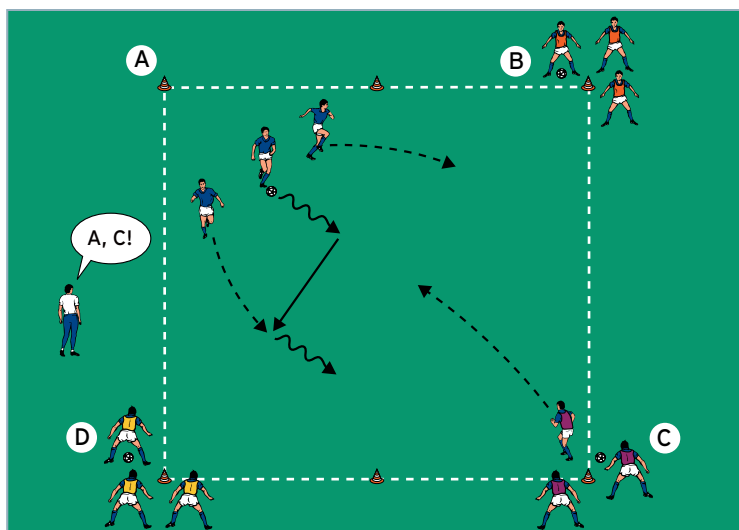


# AUFWÄRMEN 2: 6er-Ball auf Zuruf

von Jörg Daniel (24.03.2015)



## Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Die Slalomstangen entfernen
- Die Spieler in gleich großen Gruppen A bis D an die Eckhütchen verteilen
- Jede Gruppe hat einen Ball

## Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er 2 Gruppen A bis D hintereinander aufruft.
- Die Spieler der zuerst genannten Gruppe dribbeln mit einem Ball ins Feld und versuchen sechsmal innerhalb der Gruppe zu passen (= 1 Punkt).
- Der erste Spieler der zuletzt genannten Gruppe läuft als Verteidiger ohne Ball ins Feld, versucht den Ball zu erobern und zur eigenen Gruppe zu dribbeln/zu passen (= 1 Punkt).
- Welche Gruppe gewinnt die meisten Punkte?

## Variationen

- Die Spieler werfen sich innerhalb der Gruppe zu.
- 10 gespielte Pässe innerhalb der Gruppe ergeben einen Punkt.
- 4 gespielte Pässe innerhalb der Gruppe ergeben einen Punkt.

## Tipps und Korrekturen

- Die Gruppen auch mal nicht mit Leibchen markieren und so Orientierung und Konzentration der Spieler schulen.
- Als Trainer in jedem Durchgang die gespielten Pässe laut mitzählen.
- Bei Ballverlust können die Spieler den Ball zurückerobern, so lange der Ball im Feld ist.
- Kann ein Verteidiger den Ball innerhalb von 30 Sekunden nicht gewinnen, einen zweiten Verteidiger der gleichen Gruppe ins Feld laufen lassen.