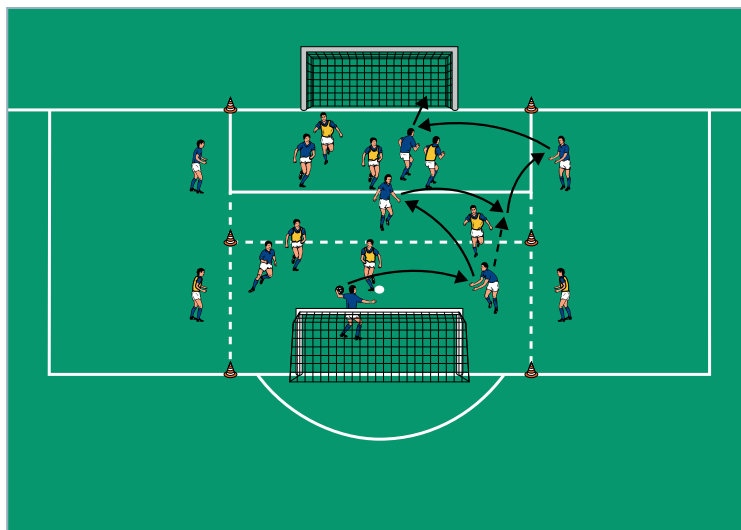


## AUFWÄRMEN 2: Handball-Kopfball-Spiel im 6 plus 2 gegen 6 plus 2

von Armin Friedrich (07.04.2015)



### Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Jedes Team stellt 2 Außenspieler

### Ablauf

- Handball-Kopfball-Spiel im 6 gegen 6 auf die beiden Tore.
- Die Ballbesitzer dürfen die eigenen Außenspieler jederzeit in die Angriffe einbeziehen.
- Gültige Treffer dürfen nur per Kopf nach Zuwurf eines Außenspielers erzielt werden.
- Die Verteidiger dürfen den Ball in der Luft nicht mit den Händen abfangen.

### Variationen

- Es müssen erst 5 Zuwürfe im Feld erfolgen, ehe zu einem der Außenspieler geworfen werden darf.
- Die Art der Zuspiele von außen variieren: Per Schock-, Einwurf oder Volleyschuss aus der Hand zuspielen.

### Tipps und Korrekturen

- Ohne Torhüter spielen.
- Auf möglichst exakte Zuwürfe der Außenspieler achten.
- Die Angreifer sollen in den Ball hineinstarten.
- Die Außenspieler regelmäßig wechseln.