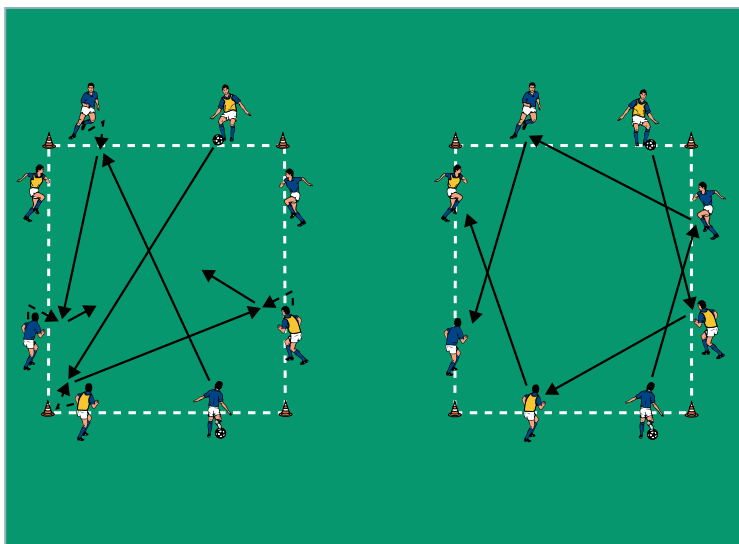


AUFWÄRMEN 2: Kreuzende Passwege

von Frank Engel (05.05.2015)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- Je 4 Spieler pro Gruppe einem Feld zuordnen
- Auf den Linien des Feldes je 1 Spieler beider Gruppen postieren
- Jede Gruppe hat 1 Ball

Ablauf

- Freies Passspiel innerhalb der einzelnen Gruppen.

Variationen

- Blau und Rot passen mit rechts gegen den Uhrzeigersinn, Gelb und Violett mit links im Uhrzeigersinn. Nach 2 Minuten die Aufgaben wechseln.
- Paare bilden und die Spieler jedes Paares seitlich versetzt gegenüber aufstellen. Direktes Passspiel innerhalb der Paare.
- Mit 2 Kontakten passen.
- Mit rechts/links passen bzw. annehmen.

Tipps und Korrekturen

- Die Schulung der räumlichen Wahrnehmung steht im Mittelpunkt.
- Auf den Fußballen in Bewegung bleiben, um sich stets richtig zum Ball stellen zu können.
- Auf beidfüßiges Passen mit der Innenseite achten.
- Dem Pass leicht 'nachgehen'. Danach zurück in die Ausgangsstellung wechseln.
- Auf ein korrektes Passtiming achten, um ein Zusammenstoßen der Bälle auf den sich kreuzenden Passwegen zu verhindern.