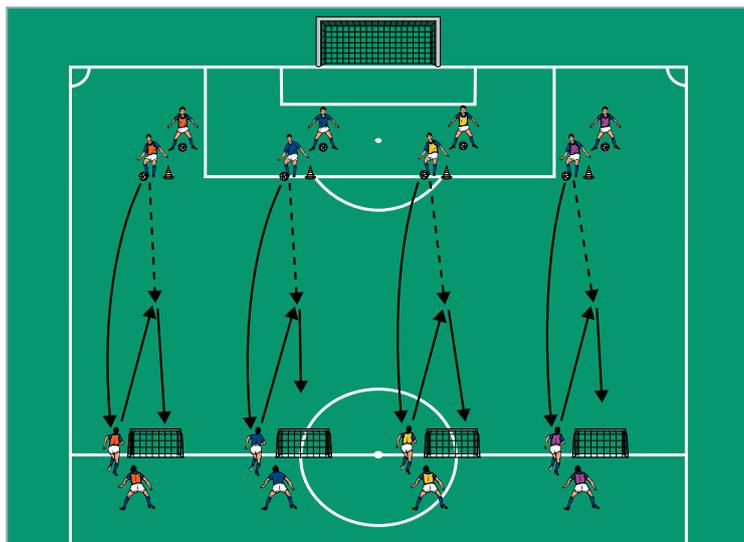


AUFWÄRMEN 2: Passspiel auf 4 Minitoren II

von Horst Hrubesch (30.06.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- Die mittleren Hütchen entfernen
- Die Spieler gleichmäßig an den Starthütchen sowie neben den Minitoren verteilen

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando spielen die Spieler am Starthütchen einen Flugball zu ihren Mitspielern neben dem Minitor.
- Diese kontrollieren das Zuspiel und passen zurück in den Lauf der Passgeber.
- Diese passen direkt ins Minitor.
- Anschließend tauschen die Passgeber und -empfänger die Positionen und Aufgaben.

Variationen

- Einen Wettkampf durchführen: Welcher Spieler trifft zuerst?
- Die Tore schräg stellen und diagonal in das benachbarte Minitor passen.

Tipps und Korrekturen

- Die Flugbälle aus der Bewegung spielen.
- Beidfüßig trainieren.