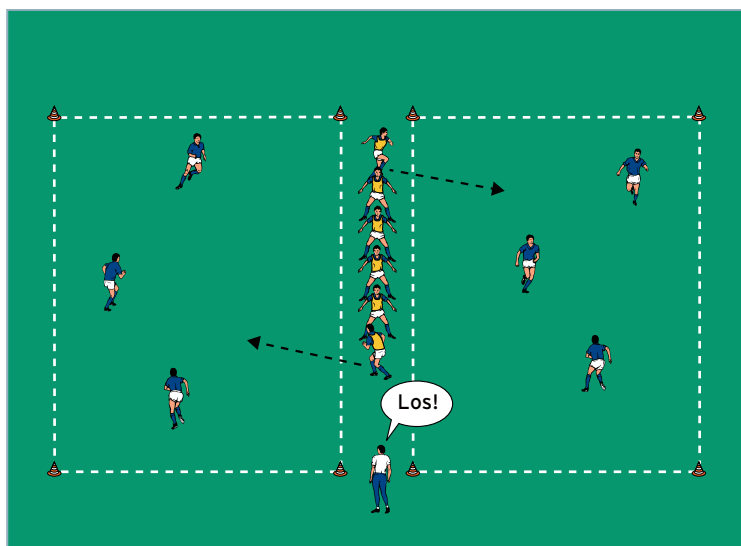


AUFWÄRMEN 2: Zwei-Felder-Fangstaffel

von Mario Vossen (20.10.2015)



Organisation

- Den Aufbau weiter verwenden
- Die Spieler eines Teams verteilen sich als Läufer auf die Felder
- Die Spieler der anderen Mannschaft stellen sich als Fänger zwischen den Feldern auf

Ablauf

- Der Trainer startet durch Zuruf die Aktion.
- Jeweils 1 Fänger startet in die Felder.
- Sobald ein Spieler gefangen wurde, schlägt der Fänger mit einem Mitspieler ab und gibt das Fangrecht weiter.
- Die Aktion ist beendet, wenn jeder Fänger in beiden Feldern einen Spieler abgeschlagen hat.
- Welche Mannschaft fängt schneller?

Variationen

- Wurde ein Läufer zweimal hintereinander abgeschlagen, so darf er beim nächsten Fänger die Hand heben und ist somit geschützt.
- Jeweils 2 Fänger starten in die Felder und fangen sämtliche Läufer.
- Die Läufer dürfen sich gegenseitig freischlagen, indem ein Gefangener einmal umrundet wird.

Tipps und Korrekturen

- Verlässt ein Läufer das Feld, gilt er als gefangen.
- Jeder Fänger muss in beiden Feldern 1 Läufer abschlagen.
- Die Läufer müssen zwischen den Feldern abschlagen.
- Jede Fangaktion dauert maximal 10 Sekunden.
- Danach kehrt der Fänger in den Zwischenraum zurück und ein neuer Fänger startet ins Feld.