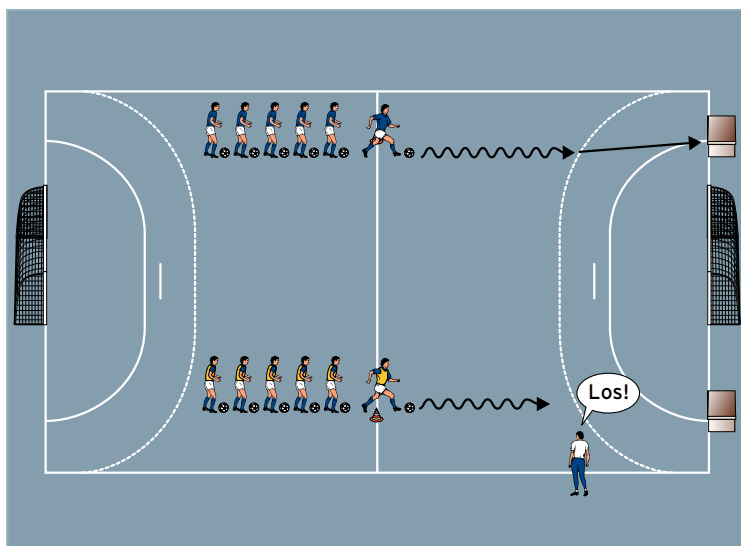


AUFWÄRMEN 2: Wettkampf-Passen

von Klaus Pabst (15.12.2015)



Organisation

- 2 Starthütchen nebeneinander markieren
- An einer Hallenwand vor jedem Starthütchen 1 Kleinkasten aufstellen
- 2 Teams einteilen und jedes Team mit Bällen an einem Starthütchen postieren

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando starten die ersten Spieler, dribbeln zum Kleinkasten vor dem Starthütchen und spielen einen Pass gegen den Kleinkasten.
- Der Spieler, der den Kleinkasten zuerst trifft, erhält 1 Punkt.
- Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

Variationen

- Nur mit rechts/links passen.
- Nur mit der Fußinnenseite/dem Fußspann spielen.
- Diagonal auf den Kleinkasten vor dem anderen Starthütchen abschließen.

Tipps und Korrekturen

- Die Ballkontakte der Spieler bis zum Pass auf maximal 3 begrenzen.
- Linien auf dem Hallenboden als Passgrenze nutzen, ab der die Spieler spätestens passen müssen.
- Als Trainer jeden Treffer laut mitzählen und den Spielstand stets ansagen.
- Mehrere Durchgänge spielen und schließlich einen Gesamtsieger feststellen.