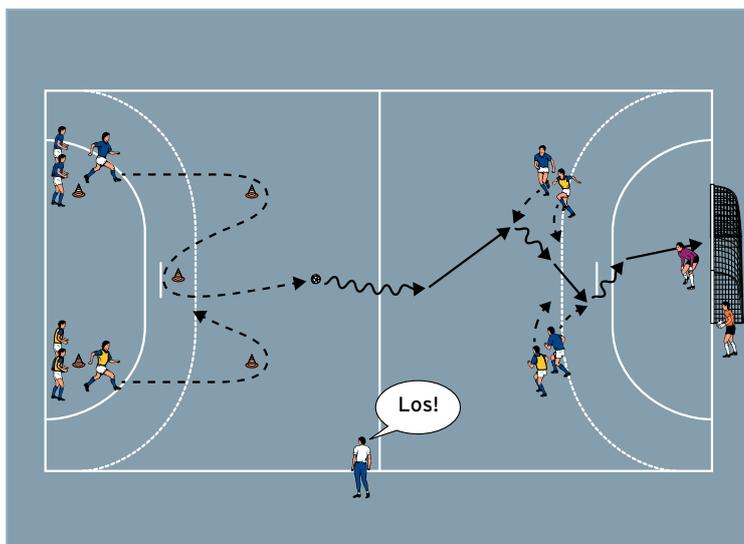


HAUPTTEIL 2: Sprint-Auftakt II

von Mario Vossen (26.01.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Vor den Starthütchen 3 Wendehütchen aufstellen
- Jede Mannschaft stellt 2 Spieler, die sich vor dem Tor aufstellen
- Vor dem mittleren Wendehütchen 1 Ball bereitlegen

Ablauf

- Der Trainer startet durch Zuruf die Aktion.
- Die Spieler sprinten daraufhin durch den Parcours und anschließend zum Ball.
- Derjenige, der zuerst den Ball berührt, greift anschließend mit seinen Mitspielern im 3 gegen 2 auf das Tor an.

Variationen

- Die Angreifer haben maximalen 6 Pässe, um auf das Tor abzuschließen.
- Die Aktion durch ein optisches Signal starten.
- Der Läufer, der nicht zuerst am Ball ist, läuft zum 3 gegen 3 nach.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler vor dem Tor müssen sich blitzschnell darauf einstellen, ob sie Angreifer und Verteidiger sind.
- Erobern die Verteidiger den Ball, passen sie ihn zum Trainer.
- Die Spieler vor dem Tor nach 2 Durchgängen austauschen.