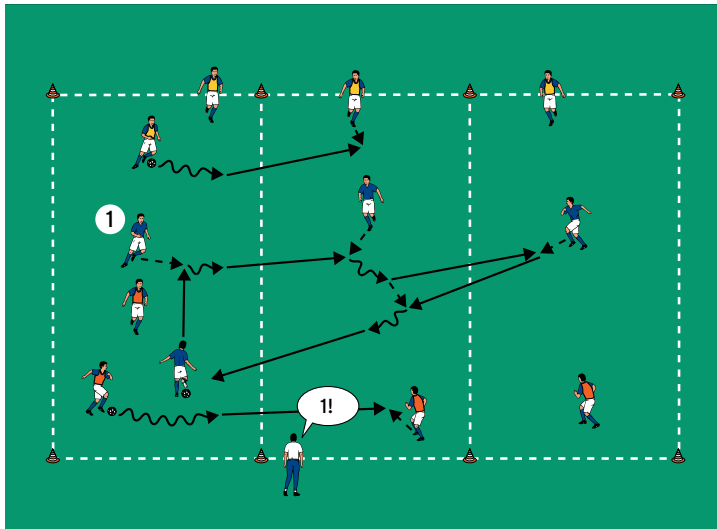


D-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

FELDER-FAHRSTUHL

von Michael Feichtenbeiner

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Zusätzlich die Mittelzone als weiteres Feld markieren
- ▶ 3 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl auf und startet die Aktion.
- ▶ Der aufgerufene Spieler passt zu seinem Mitspieler ins nächste Feld.
- ▶ Dieser leitet nach einer kurzen Kontrolle ins letzte Feld.
- ▶ Anschließend passen die Ballbesitzer erneut zu ihren Mitspielern in der Mittelzone, die zurück ins Ausgangsfeld spielen.
- ▶ Welche Gruppe ist zuerst fertig?

VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal drei Ballkontakten spielen.
- ▶ Mit genau zwei Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Der letzte Pass muss zu dem Spieler im Startfeld gespielt werden, der die Aktion nicht gestartet hat.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler dürfen nicht im Direktspiel agieren.
- ▶ Auf eine offene Stellung bei der Ballannahme achten.
- ▶ Die Spieler sollen möglichst mit dem ersten Kontakt sofort in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.
- ▶ Nach jeder Aktion wechseln die Spieler innerhalb der Gruppe die Felder.