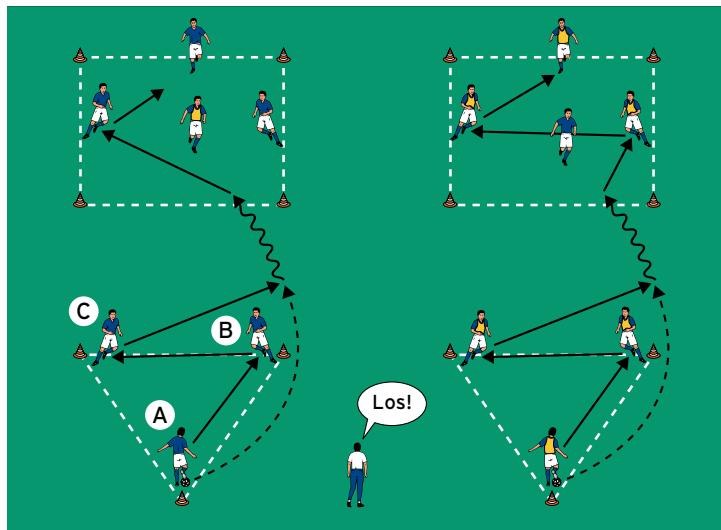


THEMA: DAS PRINZIP DES HINTERLAUFENS



AUFWÄRMEN 2:

4 GEGEN 1 MIT AUFTAKT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler auf die Positionen verteilen
- ▶ Pro Mannschaft einen Störspieler benennen, der die Zentrale des Quadrats besetzt

ABLAUF

- ▶ Die Aktion startet im Dreieck
- ▶ Die Spieler passen sich in der gleichen Reihenfolge zu.
- ▶ A dribbelt anschließend ins Quadrat und startet eine 4 gegen 1 Situation.
- ▶ Die Mannschaft, die zuerst 5 Pässe erfolgreich spielt, erhält einen Punkt.

VARIATIONEN

- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe erhöhen/verringern.
- ▶ 2 Maximalkontakte im Quadrat.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die aus dem ersten Aufwärmteil bekannte Hinterlaufaktion wird weiter geschult.
- ▶ Nach 3 Durchgängen die Positionen tauschen.