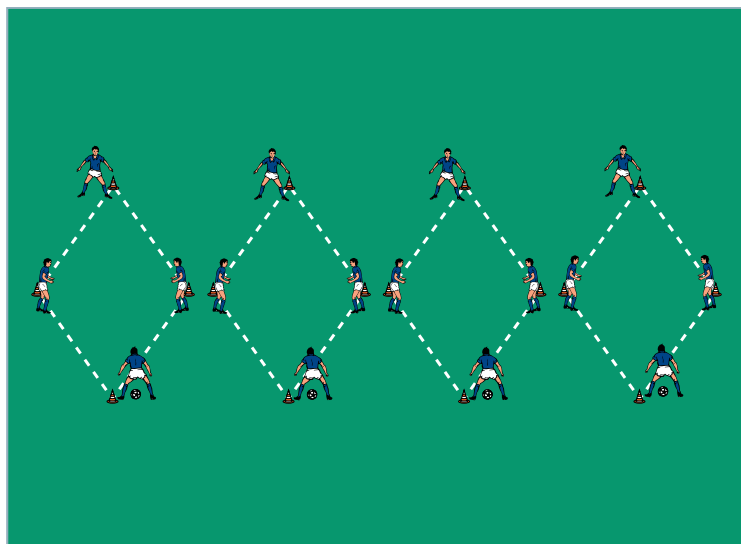
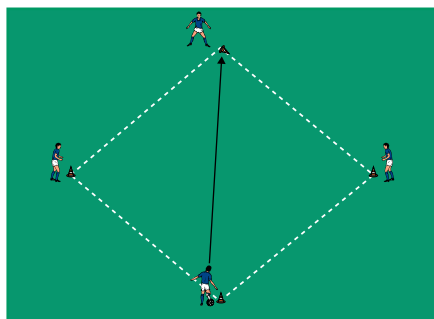


AUFWÄRMEN 2: Rauten-Passen II

von Jörg Daniel (03.11.2015)



Übung 1



Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten

Ablauf

- Die Spieler in jeder Raute treten gegeneinander an und versuchen, mit einem Pass ein anderes Hütchen zu treffen.
- Jeder Treffer an einem anderen Hütchen ergibt 1 Punkt.
- Spielzeit: 5 Minuten.
- Anschließend treten die Erst-, Zweit-, Dritt- und Viertplatzierten jeder Raute in einem neuen Durchgang gegeneinander an.

Variationen

- Nur mit rechts/links passen.
- Nur mit 2 Kontakten/per Direktspiel agieren.
- Treffer mit dem schwächeren Fuß oder nach Direktspiel zählen doppelt.
- In jeder Raute mit 2 Bällen spielen.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler müssen sich hinter den Hütchen der Raute postieren. Sie dürfen auf die Hütchen zugespielte Bälle nicht aufhalten.
- Die Entfernung der Hütchen zueinander dem Leistungsstand der Spieler anpassen: Die Raute gegebenenfalls vergrößern oder verkleinern.
- Als Trainer das Rauten-Passen genau beobachten, und die Spieler bei technischen Fehlern kurz individuell korrigieren.