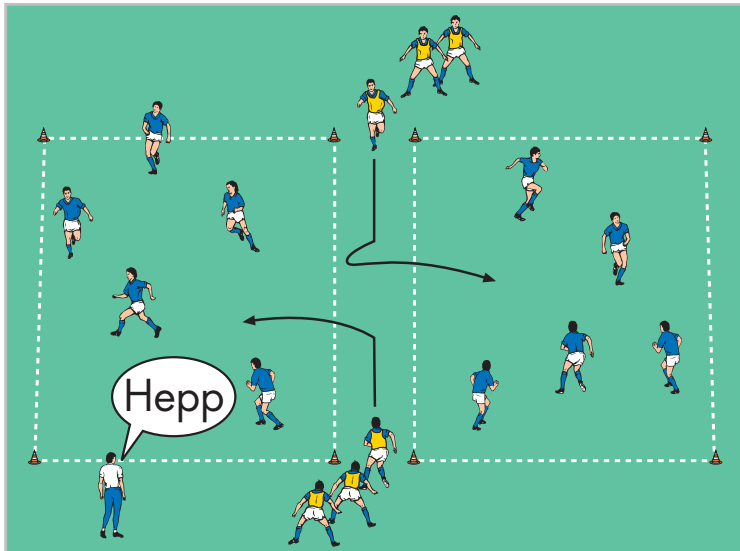


D- UND C-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 2: Doppelschlag

von Ralf Peter (21.08.2007)



ORGANISATION

- 2 Hütchenquadrate errichten
- Fänger und Läufer einteilen (siehe Abbildung)

ABLAUF

- Die Fänger stehen sich zwischen den Feldern gegenüber, traben locker aufeinander zu und starten auf Kommando des Trainers in ein beliebiges Feld.
- Beide Fänger müssen schnellstmöglich 2 Spieler abschlagen.
- Der Spieler, der zuerst fertig ist, erhält 3 Punkte.
- Jeder Spieler tritt zu 3 Fangduellen an.

VARIATIONEN

- Alle gefangenen Läufer erhalten 1 Minuspunkt. Die Minuspunkte werden mit den Pluspunkten aus den Fangduellen verrechnet, so dass am Ende ein Gesamtsieger feststeht.
- Die Läufer dribbeln im Feld und die Fänger müssen 3 Bälle aus den Feldern spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Beide Fänger können in das gleiche Feld starten. Es darf aber nur der Spieler fangen, der es als erster betreten hat.
- Die Fänger müssen jeweils schnell reagieren und den Gegner beobachten.
- Fangspiele eignen sich besonders für den zweiten Aufwärmteil.