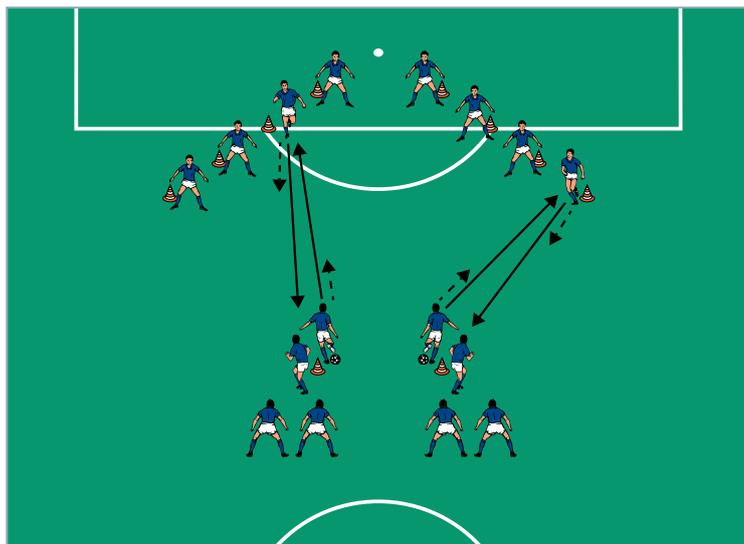


# AUFWÄRMEN 1: Passen und Annehmen

von Armin Friedrich (03.05.2016)



## Organisation

- An der Strafraumgrenze 8 Positionshütchen in V-Form markieren
- Zusätzlich 2 Starthütchen aufstellen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die jeweils ersten Spieler an den Starthütchen haben 1 Ball

## Ablauf

- Die beiden Startspieler passen zu einem beliebigen Spieler, die kurz annehmen und zum jeweils nächsten Spieler am gleichen Starthütchen zurückpassen.
- Die Spieler tauschen jeweils die Positionen und Aufgaben.
- Die jeweils nächsten Spieler passen zu einem freien Spieler auf der jeweils anderen Seite weiter, die ebenfalls zum Starthütchen zurückspielen usw.

## Variationen

- Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- Im Direktspiel agieren.
- Die Passempfänger lassen zunächst auf die Passgeber prallen, die daraufhin erneut zuspielen usw.
- Zu einem freien Spieler dribbeln und den Ball am jeweiligen Positionshütchen übergeben.

## Tipps und Korrekturen

- Den Zuspielen nach Blickkontakt aktiv entgegenstarten.
- Die Positionen schnell wechseln.