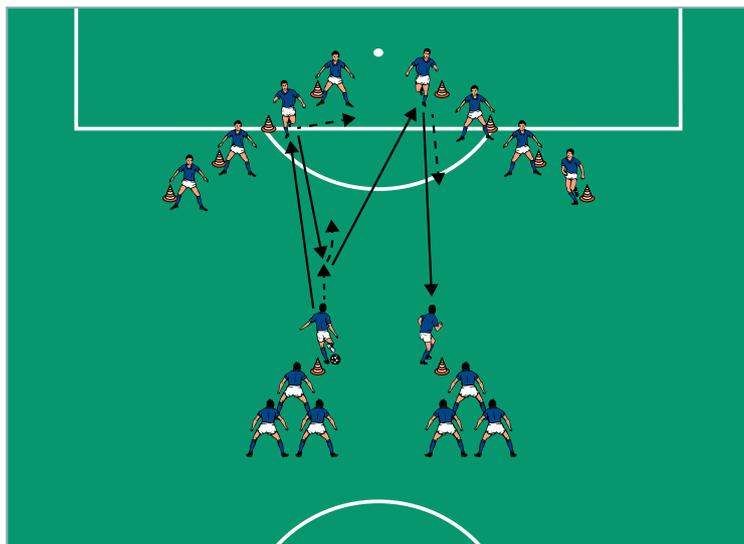


AUFWÄRMEN 2: Passen mit Positionswechsel

von Armin Friedrich (03.05.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Der erste Spieler an einem Starthütchen hat 1 Ball

Ablauf

- Der Startspieler passt zu einem beliebigen Spieler, der das Zuspiel sofort prallen lässt.
- Anschließend passt der Zuspieler zu einem beliebigen Spieler auf der jeweils anderen Seite weiter.
- Dieser lässt zum jeweils anderen Startspieler prallen.
- Die Passgeber laufen in der gewählten Passrichtung jeweils eine Station weiter.

Variationen

- Mit genau 2 Kontakten zuspielen (annehmen, passen).
- Im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Vor den Zuspielen Blickkontakt mit den Passempfängern aufnehmen.
- Als Passempfänger mit einer deutlichen Konterbewegung aktiv entgegenstarten.
- Präzise Zuspiele fordern.
- Auf schnelle Positionswechsel achten.