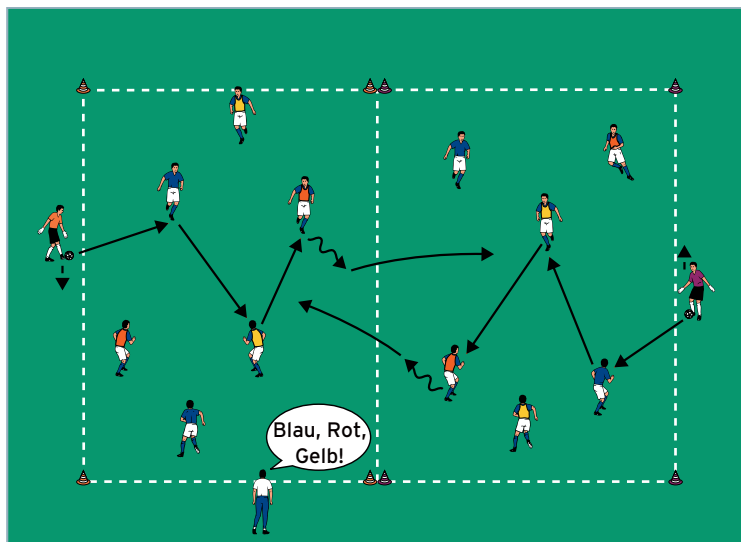


AUFWÄRMEN 1: Farben-Flugbälle

von Mario Vossen (14.06.2016)



Organisation

- 2 Felder markieren
- 2 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen
- Die Spieler in beiden Feldern mit je 3 verschiedenfarbigen Leibchen kennzeichnen
- 2 Torhüter bestimmen und jeweils mit Bällen an den äußeren Seitenlinien aufstellen

Ablauf

- Der Trainer gibt jeweils eine Farbkombination vor.
- Die beiden Torhüter rollen auf einen Spieler der zuerst aufgerufenen Farbe ab.
- Die Spieler passen sich in der vorgegebenen Reihenfolge zu.
- Der Empfänger des letzten Passes spielt einen Flugball zum Torhüter auf der jeweils anderen Seite.
- Anschließend ruft der Trainer die jeweils nächste Farbkombination auf usw.

Variationen

- Die Spieler müssen die vorgegebene Farbkombination jeweils 2-mal durchspielen, ehe sie zum gegenüberliegenden Torhüter passen. So werden jeweils alle Spieler in die Aktion eingebunden.
- Einen Wettbewerb durchführen: Die Gruppe, die zuerst zum Torhüter auf der anderen Seite spielt, erhält 1 Punkt.

Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass die Spieler die Räume in den Feldern gleichmäßig besetzen.
- Präzise Flugbälle fordern: Die Passgeber sollen stets darauf achten, dass sie keinen Spieler im anderen Feld treffen.