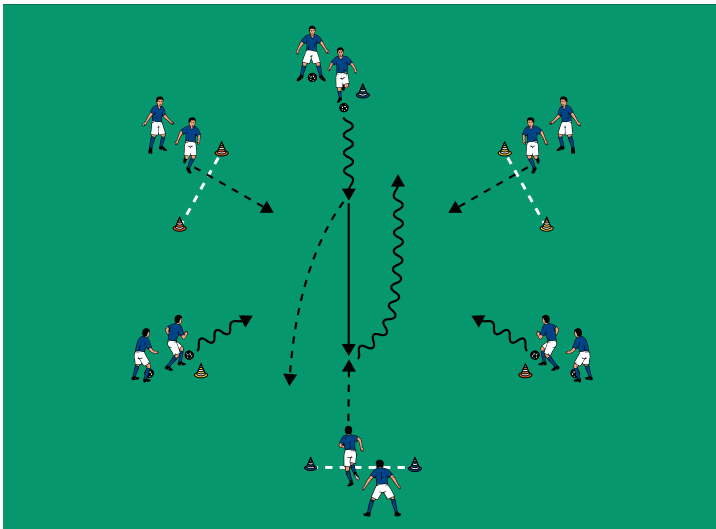


F-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

BALLKONTROLL-KREIS

von Ralf Peter (30.05.2017)

ORGANISATION

- ▶ Einen Kreis mit 3 verschiedenfarbigen Starthütchen und 3 verschiedenfarbigen Hütchentoren markieren
- ▶ Je 1 Starthütchen und 1 Hütchentor haben die gleiche Farbe
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen und ohne Bälle hinter den Hütchentoren verteilen

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler an den Starthütchen dribbeln kurz an und passen zum Spieler am gleichfarbigen Hütchentor.
- ▶ Die Passempfänger laufen dem Zuspiel entgegen und nehmen zum gleichfarbigen Starthütchen an und mit.
- ▶ Jeder Passgeber läuft seinem Abspiel zum Hütchentor nach.

VARIATIONEN

- ▶ Die Passempfänger nehmen zu einem andersfarbigen Starthütchen an und mit.
- ▶ Die Spieler passen zu einem Spieler hinter einem andersfarbigen Hütchentor.
- ▶ Die Passgeber laufen nach dem Abspiel in ein andersfarbiges Hütchentor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor dem Zuspiel immer Blickkontakt zum Passempfänger suchen.
- ▶ Nur bei freiem Passweg zuspielen.
- ▶ Vor der Ballkontrolle orientieren und das Zuspiel vor dem Hütchentor in freie Räume mitnehmen.
- ▶ Bei allen Variationen achten die Spieler selbstständig darauf, dass immer alle Starthütchen und Hütchentore besetzt sind.