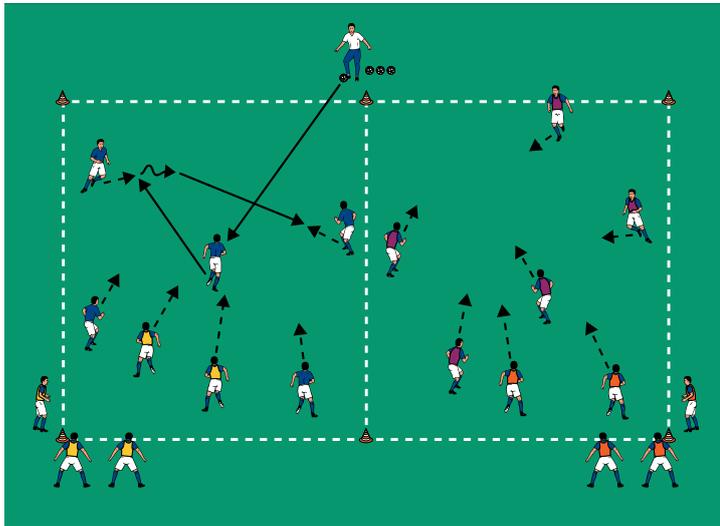


C-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

BALLGEWINN-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 4 Teams zu jeweils 5 Spielern einteilen
- ▶ Jeweils ein Angriffsteam in jedem Feld und ein Abwehrteam an einem äußeren Hütchen postieren
- ▶ Der Trainer steht mit Bällen mittig zwischen den Feldern

ABLAUF

- ▶ Mit dem Pass des Trainers starten zwei Verteidiger ins Feld.
- ▶ Die Angreifer spielen auf Ballbesitz, die Verteidiger passen nach Balleroberung zu ihren Mitspielern außerhalb des Feldes.
- ▶ Sobald die Verteidiger ins Aus gespielt haben, startet die Aktion erneut.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer spielen mit maximal drei Kontakten.
- ▶ Die Angreifer spielen mit maximal zwei Kontakten.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches der beiden Verteidigerteams erobert mehr Bälle?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei zu schnellen Ballverlusten der Angreifer die Felder vergrößern.
- ▶ Die Verteidiger dürfen den Ball nicht einfach wegschlagen, sondern setzen mit dem Pass zu ihren Mitspielern eine überlegte Anschlussaktion.
- ▶ Regelmäßige Aufgaben- und Positionswechsel.