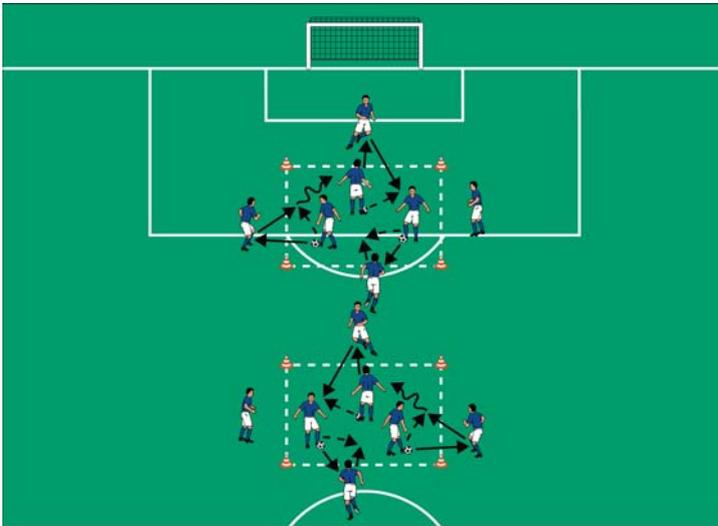


A-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

ANSPIELER-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Jetzt die beiden äußeren Rechtecke als Felder nutzen
- ▶ 2 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen
- ▶ Je 3 Spieler mit Ball in den Feldern postieren
- ▶ An jeder Außenlinie 1 Anspieler ohne Ball aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln frei in den Feldern und passen zu einem Mitspieler an den Linien.
- ▶ Die Passempfänger lassen die Zuspiele direkt zurückprallen.
- ▶ Anschließend suchen sich die Ballbesitzer einen neuen Anspieler usw.

VARIATIONEN

- ▶ Die zentralen Spieler tauschen nach jedem Zuspiel mit den Außenspielern die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Auf ein Trainerkommando umdribbeln die Ballbesitzer im Zentrum ein Eckhütchen und kehren in ihr Feld zurück.
- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Ballbesitzer ins jeweils andere Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf kurze Bewegungen und Drehungen bei der Ballannahme achten.
- ▶ Die Außenspieler sollen sich leicht hinter den Linien postieren.
- ▶ Nach jeweils 3 Minuten neue Anspieler bestimmen.