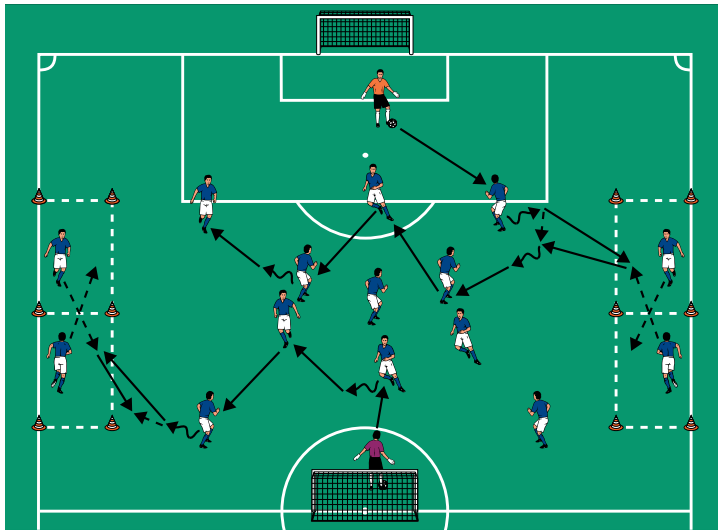


## AKTIVE Ü20



### AUFWÄRMEN 1:

## PASSÜBUNG IN DEN GRUNDPOSITIONEN DES AUFBAUSPIELS AUS DER DREIERKETTE

### ORGANISATION

- ▶ 2 Passparcours aufbauen
- ▶ Seitlich 2 Felder für die Außenspieler abstecken
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Pro Team 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler beider Teams passen sich jeweils in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Die Außenspieler bieten sich in den äußeren Feldern zum Zuspiel an.
- ▶ Bei einem Zuspiel lassen sie dieses direkt auf den Passgeber zurückprallen.

### VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Positionen auf dem Feld mit Hütchen kennzeichnen und die Spieler jeweils fest daran aufstellen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die äußeren Mittelfeldspieler sollen in den äußeren Feldern jeweils aus den gegnerischen Zonen entgegenstarten.
- ▶ Die Positionen regelmäßig durchwechseln.
- ▶ Darauf achten, dass jeder Spieler für einige Pässe auch die Position des Außenspielers einnimmt.