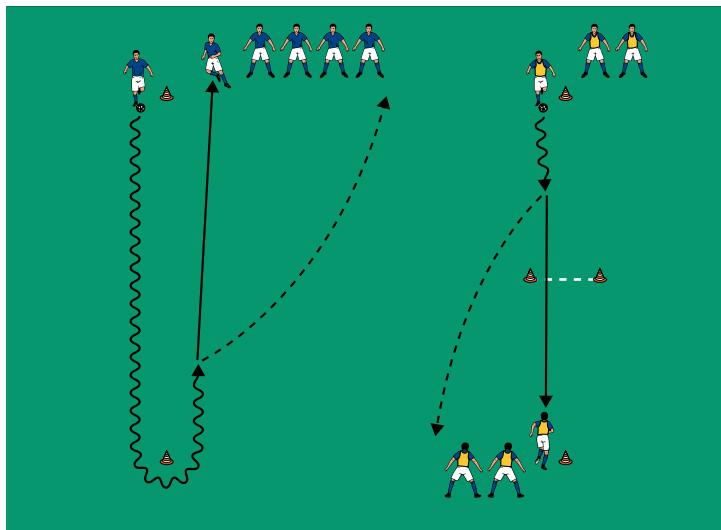


F-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 1:

PASS-UND LAUFSTRECKE

ORGANISATION

- Mit 4 Hütchen ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- Zwischen 2 Hütchen ein 2 Meter breites Hütchentor aufstellen
- 2 Teams einteilen
- Jedes Team erhält einen Ball
- Das eine Team auf die beiden Hütchen mit dem Hütchentor aufteilen, das andere an eines der anderen beiden Hütchen postieren

ABLAUF

- Der erste Spieler eines Teams umdribbelt das Hütchen vor dem Starthütchen, passt zum nächsten Spieler und läuft zum Starthütchen zurück.
- Der erste Spieler des anderen Teams dribbelt kurz an, passt durch das Hütchentor zum Spieler gegenüber und läuft seinem Pass nach.
- Welches Team spielt mehr Pässe durch das Hütchentor, bevor der Gegner einen kompletten Durchgang absolviert hat?

VARIATIONEN

- Nur mit rechts/links passen.
- 2 Durchgänge spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Das jeweilige Team zählt die Pässe durch das Hütchentor laut mit.
- Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.
- Die Distanz der Hütchen zueinander oder die Größe des Hütchentores variieren.