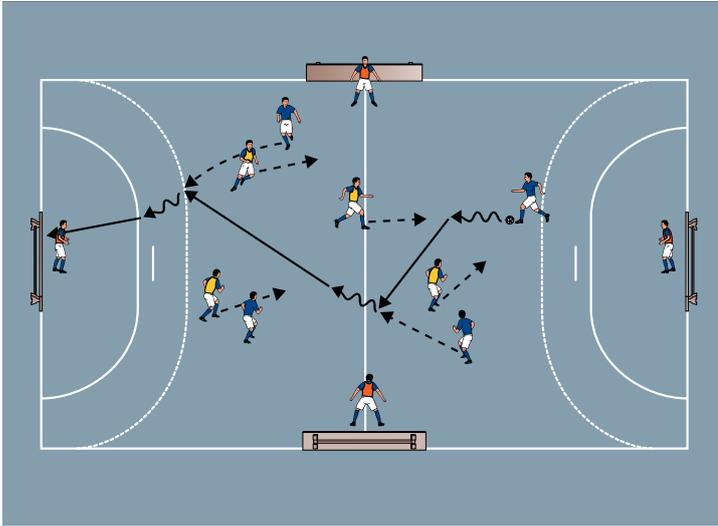


## THEMA: AUF DER LANGBANK DAS GLEICHGEWICHT HALTEN



### SCHLUSSTEIL:

### LANGBANK-SPIEL

#### ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld nutzen
- ▶ Mittig auf jeder Außenlinie eine seitlich gekippte
- ▶ Langbank als Tor aufstellen
- ▶ 3 Teams einteilen

#### ABLAUF

- ▶ 2 Teams spielen gegeneinander im 4 gegen 4 und die Spieler des dritten Teams agieren als Torhüter.
- ▶ Das Ballbesitzer können bei allen Bänken Treffer erzielen.
- ▶ Die Torhüter dürfen nur mit den Füßen abwehren.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach jeweils 4 Minuten.

#### VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team verteidigt 2 Langbänke und greift auf die anderen beiden an.
- ▶ Es gewinnt das Team, das zuerst bei 3 verschiedenen Langbänken getroffen hat.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein Turnier nach dem Modus "jeder gegen jeden" mit Hin- und Rückrunde spielen.
- ▶ Flach und gezielt mit der Fußinnenseite auf die Langbänke abschließen.
- ▶ Gegebenenfalls auch die Hallenwände als Banden mitnutzen.