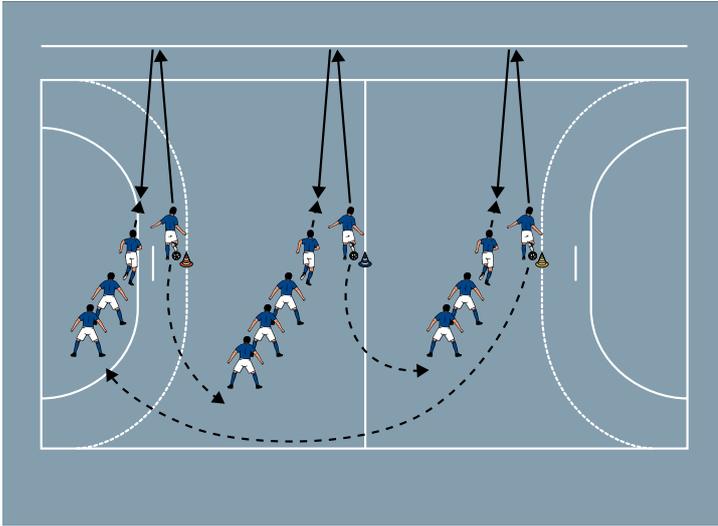


THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



AUFWÄRMEN 1:

WAND-PASS-KETTE

ORGANISATION

- ▶ 15 Meter vor einer Hallenwand 3 Starthütchen nebeneinander markieren
- ▶ Die Spieler an die Starthütchen verteilen, der jeweils erste hat einen Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten, passen gegen die Wand und laufen zum nächsten Starthütchen.
- ▶ Den Abpraller nimmt der nächste Spieler mit einem Kontakt an, passt mit dem zweiten Kontakt und läuft ebenfalls zum nächsten Starthütchen.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Direkt spielen.
- ▶ Den Abstand der Hütchen zur Wand vergrößern, um die Aufgabe zu erschweren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei steigender Teilnehmerzahl mehr Starthütchen aufstellen.
- ▶ An jedem Starthütchen ausreichend Ersatzbälle bereitlegen.