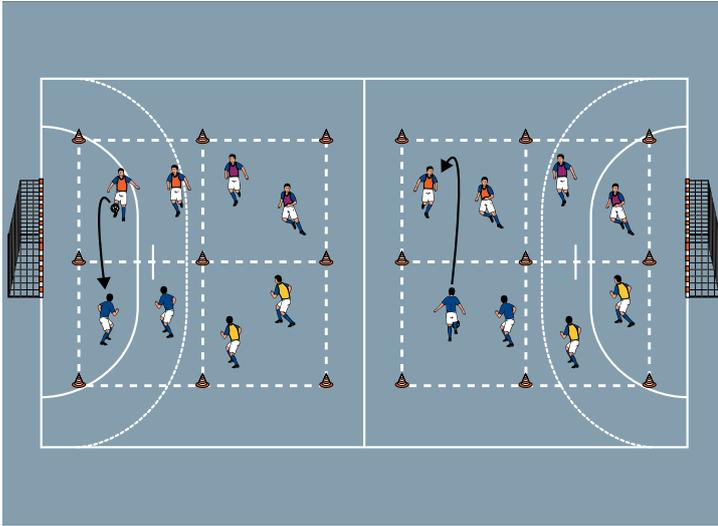


THEMA: UNTER ZEITDRUCK GEZIELT PASSEN



AUFWÄRMEN 2:

4-TEAM-TENNIS

ORGANISATION

- ▶ In jeder Hallenhälfte ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren und dieses Feld in 4 kleine 10 x 10 Meter große Felder unterteilen
- ▶ In jedem Feld ein Team mit je 2 Spielern postieren

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen Fußball-Tennis über jeweils 4 Felder.
- ▶ Spätestens mit dem vierten Kontakt muss ein Team in ein beliebiges Feld weiterspielen.
- ▶ Der Ball darf nur zweimal im Feld aufkommen.
- ▶ Wird das Feld verfehlt, oder zu viele Ball- oder Bodenkontakte verwendet, gibt es einen Minuspunkt.
- ▶ Es verliert das Team, das zuerst 5 Minuspunkte hat.

VARIATIONEN

- ▶ Die erlaubten Ballkontakte erhöhen oder verringern.
- ▶ Die erlaubten Bodenkontakte erhöhen oder verringern.
- ▶ Nur mit rechts/links in ein anderes Feld spielen.
- ▶ Mit 2 Bällen spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls Kästen als Feldabgrenzungen verwenden.
- ▶ Nach fünf Minuten die Teams in den Feldern rotieren lassen.