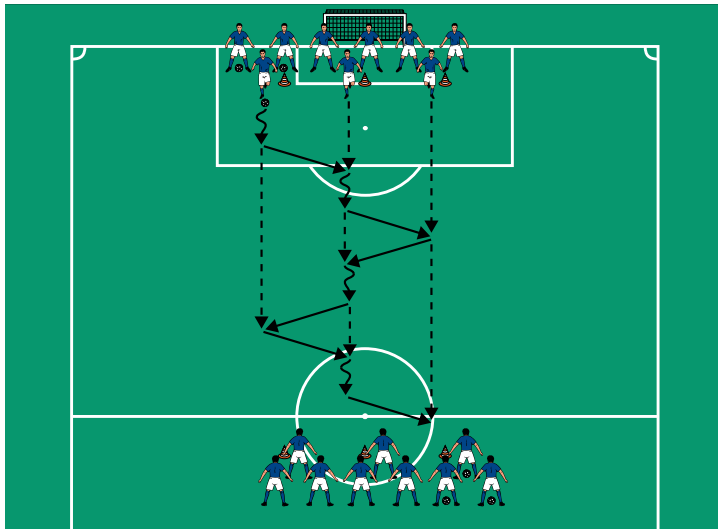


## THEMA: SPIEL GEGEN KOMPAKTE DECKUNGSSYSTEME



### AUFWÄRMEN 1:

#### PASSSPIEL IN DREIERGRUPPEN

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 50 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ 6 Gruppen zu je 3 Spielern bilden und an den Starthütchen verteilen
- ▶ Je 1 Gruppe auf jeder Seite hat die Bälle

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerzeichen starten die ersten 3 Spieler auf einer Seite in Richtung gegenüberliegender Grundlinie und passen sich dabei in vorgegebener Reihenfolge zu.
- ▶ Sobald die erste Gruppe am Ziel ist, startet die nächste Gruppe von der anderen Seite.

##### VARIATIONEN

- ▶ Gleichzeitig von beiden Seiten starten.
- ▶ Nach einigen Durchgängen schneller hintereinander starten lassen.
- ▶ Die äußeren Spieler müssen direkt zurück zur Mitte passen.
- ▶ Die Passkombinationen variieren (z.B. kurz-kurz-lang).

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stets aus der Bewegung in den Lauf des Mitspielers passen.
- ▶ Das Lauftempo variieren: Dem Zuspiel explosiv entgegenstarten, danach langsam weiterlaufen.
- ▶ Beidfüßig üben.