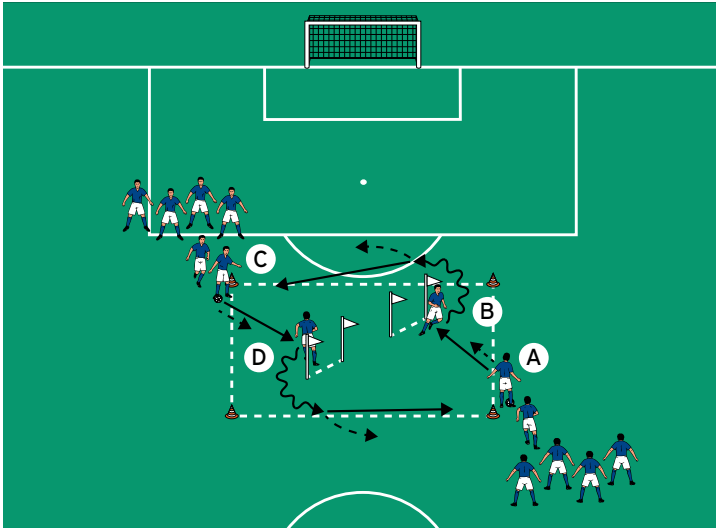


THEMA: BALL BEHAUPTEN MIT GEGNER IM RÜCKEN



AUFWÄRMEN 1:

MITNEHMEN IN DIE DREHUNG

ORGANISATION

- ▶ Ein Feld markieren
- ▶ 2 Stangentore im Zentrum aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A und C starten gleichzeitig und passen zu B bzw. D, die in die Drehung an- und mitnehmen und zum jeweils nächsten Spieler bei C bzw. A weiterspielen usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

VARIATIONEN

- ▶ Mit nur 1 Ball spielen.
- ▶ Die Drehungsrichtung vorgeben: Nach innen oder nach außen mitnehmen.
- ▶ Mit der Innen-/Außenseite an- und mitnehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stramme Zuspiele in den Fuß der Mitspieler fordern.
- ▶ Den Zuspielen nach Blickkontakt mit hohem Tempo entgegenstarten.
- ▶ Darauf achten, dass das Standbein der Passgeber beim Abspiel in Passrichtung zeigt.