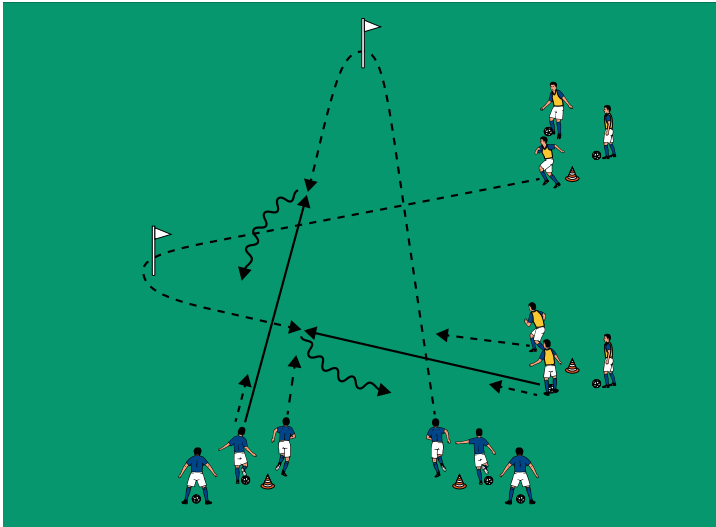


THEMA: DIE PASSQUALITÄT ERHÖHEN



AUFWÄRMEN 2:

4-BÄLLE-PASSSTAFFEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Spieler jedes Teams an zwei Starthütchen nebeneinander verteilen, wobei nur der jeweils erste Spieler keinen Ball hat

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando laufen die ersten Spieler um die Stange vor den Starthütchen und fordern ein Zuspiel vom nächsten Spieler am nebenstehenden Starthütchen
- ▶ Den Pass nehmen die Spieler zum Starthütchen an und mit und der Passgeber läuft direkt wieder um die Stange.
- ▶ Welches Team absolviert zuerst einen kompletten Durchgang?

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler passen zum eigenen Starthütchen, laufen aber zum anderen Starthütchen.
- ▶ Jedes Team spielt nur mit einem Ball.
- ▶ 2 bis 3 komplette Durchgänge absolvieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach einem kompletten Durchgang setzen sich die Spieler hin, so dass der Trainer das siegreiche Team direkt erkennen kann.
- ▶ Pässe des anderen Teams dürfen in der Mitte nicht bewusst aufgehalten werden.
- ▶ Auf einen freien Passweg zum Mitspieler achten, um Ball- und damit Zeitverlust zu vermeiden.
- ▶ Am Starthütchen aktionsbereit sein und bei Blickkontakt nach Umlaufen der Stange zum Mitspieler sofort zuspielen.