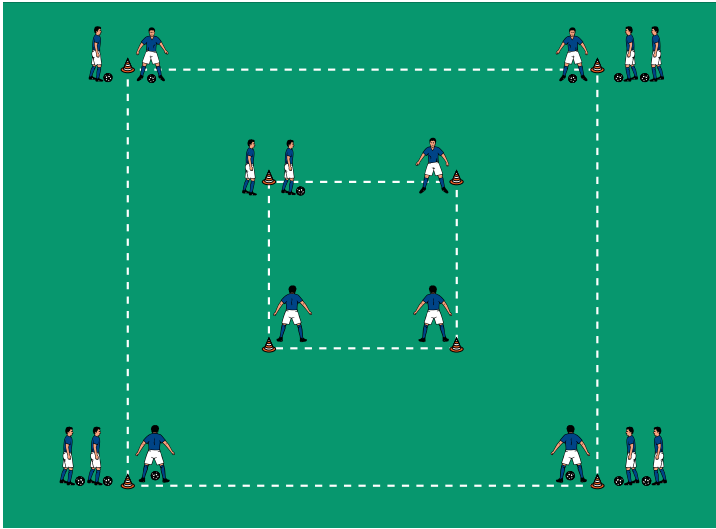
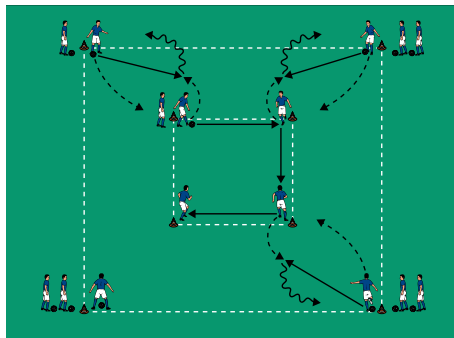


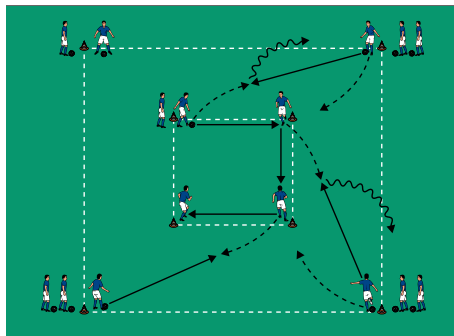
## THEMA: FLACHE ZUSPIELE PERFEKT VERARBEITEN



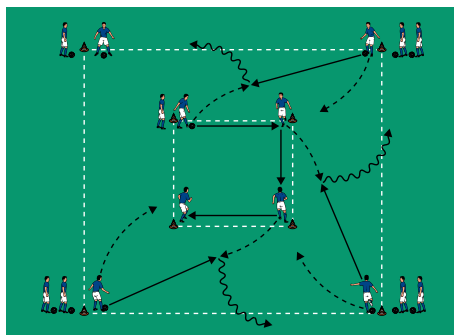
Übung 1



Übung 2



Übung 3



### AUFWÄRMEN 1:

#### DOPPEL-VIERECK

##### ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Hütchen ein etwa 25 x 25 Meter großes Feld markieren
- ▶ Innerhalb des Feldes mit 4 weiteren Hütchen ein etwa 10 x 10 Meter großes Feld errichten
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Hütchen des großen Feldes und mit nur einem Ball an den Hütchen des kleinen Feldes verteilen

##### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die Spieler im kleinen Feld passen sich im oder gegen den Uhrzeigersinn zu.
- ▶ Nach jedem Pass drehen sich die Spieler, fordern ein Zuspiel vom ersten Spieler am hinteren Hütchen des großen Feldes und nehmen den zu diesem Hütchen mit.
- ▶ Der Passgeber läuft seinem Pass zum Hütchen des kleinen Feldes nach.

##### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nur jetzt nach dem Pass ein Zuspiel vom Spieler am nächsten Hütchen links/rechts fordern und den Ball zu diesem Hütchen an- und mitnehmen.

##### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Wie Übung 2, nur jetzt das Zuspiel zum hinteren Hütchen an- und mitnehmen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im kleinen Feld mit genau 2 Kontakten spielen.
- ▶ Bei Übung 3 auf eine offene Spielstellung achten.