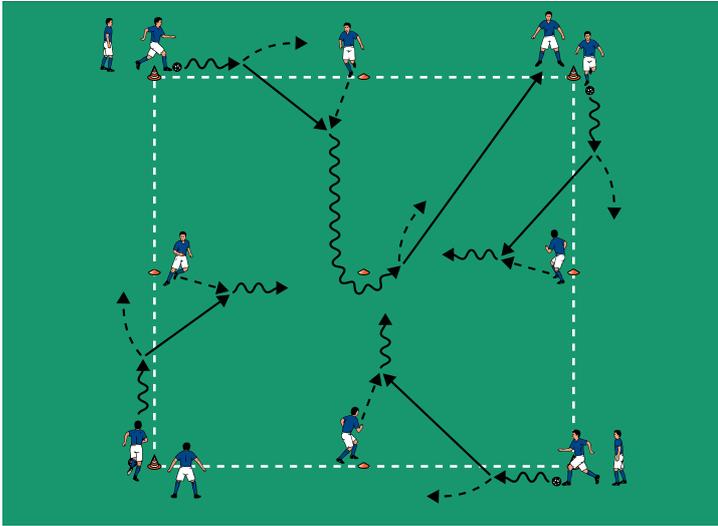


THEMA: VIEL AKTION IM PARCOURS



AUFWÄRMEN 2:

PASS-PARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ An den Hütchen mittig der Seitenlinien jeweils 1 Spieler postieren

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler passen im Uhrzeigersinn zum Spieler am nächsten Hütchen.
- ▶ Der Passempfänger umdribbelt das Hütchen im Feld und passt zum Spieler am nächsten Eckhütchen.
- ▶ Die Passgeber laufen ihrem Zuspiel nach.

VARIATIONEN

- ▶ Im Gegenuhrzeigersinn passen.
- ▶ Mit der Hand zuwerfen und fangen.
- ▶ Per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Uhrzeigersinn mit links, im Gegenuhrzeigersinn mit rechts spielen.
- ▶ Den Mitspielern in den Lauf passen.
- ▶ Mit mindestens 2 Kontakten spielen.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereitlegen.