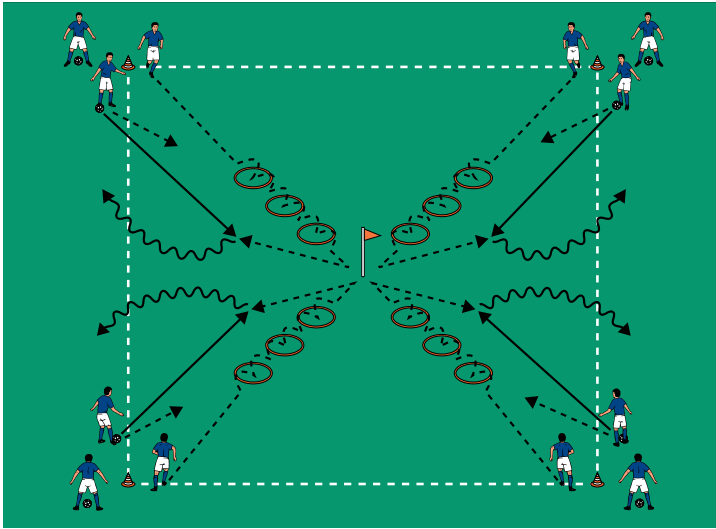


THEMA: ZUSAMMEN VERTEIDIGEN



AUFWÄRMEN 1:

REIFEN-KREUZ

ORGANISATION

- ▶ Ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren
- ▶ Ein 'Reifen-Kreuz' aus 12 Reifen und 1 Stange gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Eckhütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten ohne Ball ins Feld, durchlaufen die 3 Reifen, berühren die Stange und fordern ein Zuspiel vom eigenen Eckhütchen.
- ▶ Den Pass anschließend zum Hütchen an- und mitnehmen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Reifen mit 2 Kontakten durchlaufen.
- ▶ Die Reifen rückwärts/seitwärts durchlaufen.
- ▶ Die Stange umlaufen, anstatt sie zu berühren.
- ▶ Eine Finte ins Dribbling einbauen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Spieler vor dem Zuspiel Blickkontakt suchen.
- ▶ Der nächste Spieler startet sofort nach seinem Pass ins Feld.
- ▶ Genauigkeit vor Schnelligkeit!