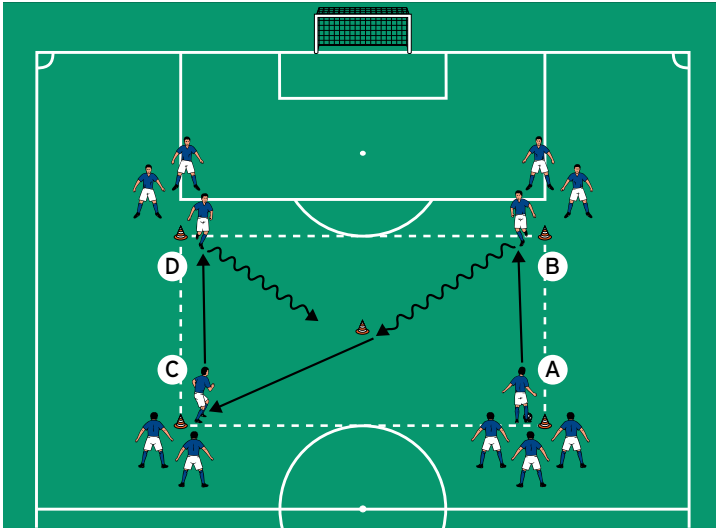


THEMA: DIE BREITE DES FELDES NUTZEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL- UND PASSPARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Die Stationen entfernen
- ▶ In der Mitte des Feldes ein Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der zum zentralen Hütchen mitnimmt und zu C passt.
- ▶ C passt auf D, der ebenfalls zum zentralen Hütchen dribbelt, zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- ▶ Alle Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ B und D lassen noch einmal auf A bzw. C prallen und erhalten das nächste Zuspiel dann in den Lauf.
- ▶ A und C müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ A und C müssen im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Möglichst mit dem ersten Kontakt in die neue Bewegungsrichtung mitnehmen.
- ▶ Beim Dribbling zum zentralen Hütchen leicht beschleunigen.
- ▶ Blickkontakt vor den Zuspielen einfordern.