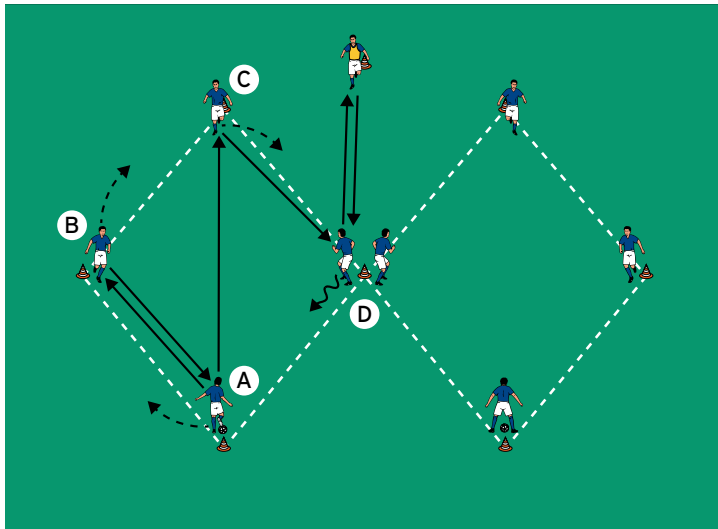


THEMA: IN EINER KLEINEN GRUPPE IN DIE TIEFE PASSEN



AUFWÄRMEN 1:

DOPPEL-RAUTEN I

ORGANISATION

- ▶ 2 Pass-Rauten markieren
- ▶ 1 Anspieler bestimmen
- ▶ Zusätzlich 2 Gruppen bilden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Aktionen in beiden Feldern leicht verzögert starten: A passt zu B, der das Zuspiel prallen lässt.
- ▶ A leitet zu C weiter, der das Zuspiel auf D ablegt.
- ▶ D passt zum Anspieler, der ebenfalls prallen lässt.
- ▶ D nimmt in die Bewegung mit und dribbelt zur Startposition.
- ▶ Die anderen Spieler rücken ebenfalls eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler passen sich mit genau 2 Kontakten zu (annehmen, spielen).
- ▶ D baut eine Finte ins Dribbling ein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler der anderen Gruppe starten, sobald die erste Gruppe zu C gepasst hat.
- ▶ So soll verhindert werden, dass beide Gruppe gleichzeitig versuchen, den Anspieler anzuspielen.
- ▶ Den Anspieler nach jeweils 2 Minuten wechseln.