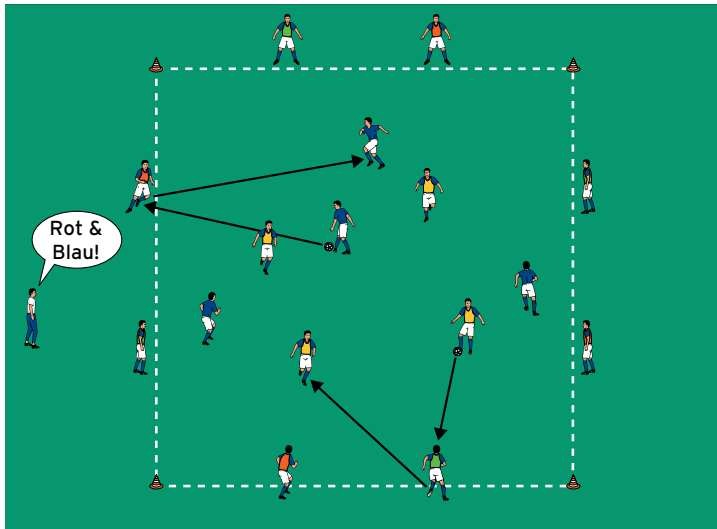


## THEMA: SCHNELL REAGIEREN



### AUFWÄRMEN 1:

### FARBEN-KOMBINATION

#### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld markieren
- ▶ 4 Teams bilden
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- ▶ Die Teams im Feld haben je 1 Ball

#### ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft 2 Farben auf.
- ▶ Die aufgerufenen Teams spielen zusammen, ebenso wie die beiden nicht aufgerufenen.
- ▶ Die Spieler agieren mit maximal 2 Kontakten und dürfen nicht zum Passgeber zurückspielen.
- ▶ Spielzeit jeweils 3 Minuten
- ▶ Nach jedem Durchgang wechseln die Außenspieler ins Feld.

#### VARIATIONEN

- ▶ Abwechselnd von innen nach außen passen.
- ▶ Wettbewerb: Welche Gruppe spielt zuerst 15 Pässe?
- ▶ Je 1 weiteren Ball hinzunehmen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Außenspieler dürfen sich auf der gesamten Außenlinie bewegen.
- ▶ Aktiv Zuspiele fordern.
- ▶ Für ein schnelle Spielfortsetzung stets vororientieren.