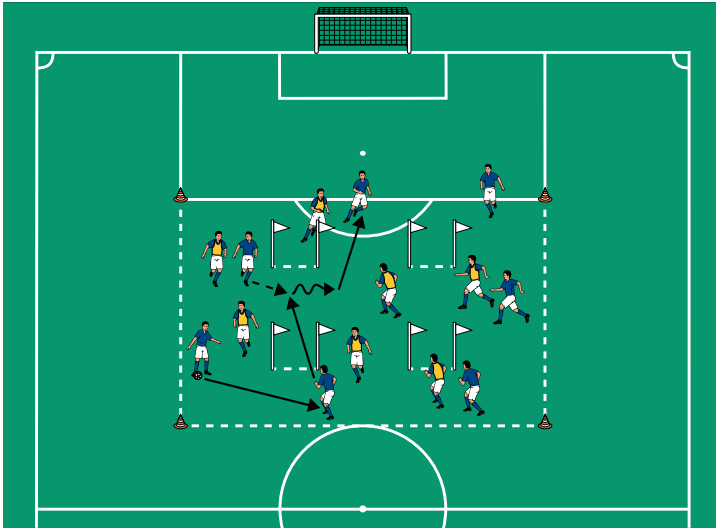


THEMA: SPIELVERLAGERUNG UND PASS HINTER DIE ABWEHRKETTE



AUFWÄRMEN 1:

BALLHALTEN AUF HÜTCHENTORE

ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 40 Meter großes Feld markieren
- ▶ In der Mitte 4 Stangentore aufstellen
- ▶ 2 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf Ballhalten.
- ▶ Jeder Pass durch ein Stangentor zu einem Mitspieler ergibt 1 Punkt für die Teamwertung.

VARIATIONEN

- ▶ Die Tore im Feld versetzen und anders anordnen.
- ▶ Die Tore diagonal mit etwas Abstand in den Ecken errichten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler vor der Übung mit koordinativen Übungen erwärmen.
- ▶ In Ballbesitz die Ecken und das Zentrum besetzen.
- ▶ Ein schnelles Kombinationsspiel fordern.