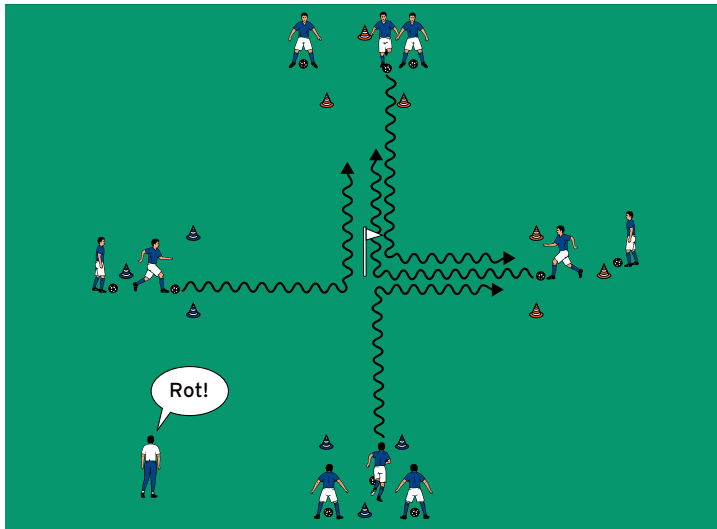


THEMA: DIE TRICKKISTE AUFFÜLLEN



AUFWÄRMEN 2:

FARBEN-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Die Hütchentore gemäß Abbildung verschiedenfarbig markieren

ABLAUF

- ▶ Auf ein Kommando dribbeln die jeweils ersten Spieler ins Feld.
- ▶ Kurz vor der Stange ruft der Coach eine Farbe auf.
- ▶ Die Spieler kappen zur entsprechenden Seite ab und dribbeln zum Starthütchen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchentore der nicht aufgerufenen Farbe durchdribbeln.
- ▶ Die Hütchentore mit Zahlen, Buchstaben oder Vereinen bezeichnen und diese aufrufen, anstatt der Farben.
- ▶ Verschiedene Finten (z. B. Körpertäuschung, Schussfinte oder Übersteiger) vorgeben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Coach darauf achten, dass immer alle Starthütchen besetzt sind.
- ▶ So schnell wie möglich dribbeln, ohne die Ball- und Körperkontrolle zu verlieren.