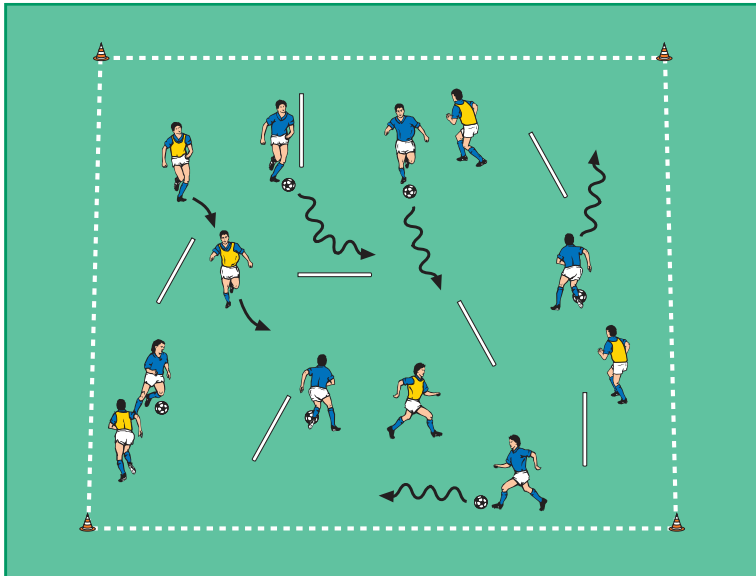


B- UND A-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 2: Zwei Fangspiele gleichzeitig

von Horst Hrubesch (31.01.2006)



ORGANISATION

- Gleicher Aufbau wie bei Aufwärmern 1
- Die Spieler in 2 gleich große Gruppen einteilen
- Eine Gruppe mit Bällen

ABLAUF

- Es laufen 2 Fangspiele gleichzeitig ab.
- Gruppe 1 spielt Dribbelfangen, Gruppe 2 ein normales Fangspiel ohne Ball. Die Fangaufgabe wird jeweils weitergegeben.
- Die Stangen dürfen von allen Spielern weder berührt noch überlaufen werden.
- Nach 1 bis 2 Minuten wechseln die beiden Gruppen die Aufgaben.

VARIATIONEN

- Beide Fänger agieren zusammen: Abgeschlagene Spieler scheiden aus und umlaufen das Feld. Welches Fängerpaar schafft es am schnellsten?
- Wer eine Stange überläuft oder berührt, wird sofort zum Fänger.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die beiden gleichzeitig ablaufenden Fangspiele fordern die ständige Aufmerksamkeit der Spieler.
- Die Feldgröße dem Leistungsstand der Spieler anpassen.