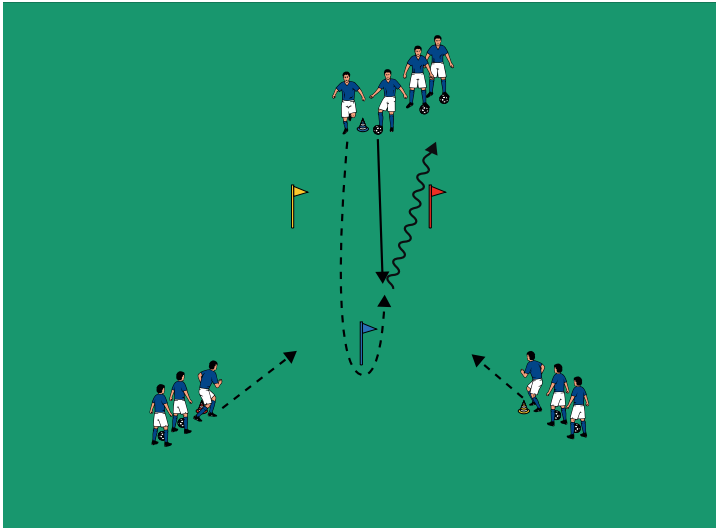


## THEMA: SCHON IN DER VORBEREITUNG KREATIV SEIN



### AUFWÄRMEN 2:

#### LAUF-MITNAHME-DREIECK

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die ersten Spieler haben keinen Ball.

##### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler umlaufen die Stange mit dem gleichfarbigen Hütchen, fordern ein Zuspiel vom nächsten Spieler und dribbeln zurück.
- ▶ Der nächste Spieler startet, sobald er den Ball zugespielt hat.

##### VARIATIONEN

- ▶ Eine Stange mit einem andersfarbigen Hütchen umlaufen und das Zuspiel vom gleichfarbigen Hütchen fordern und dorthin dribbeln.
- ▶ Wie zuvor, jetzt jedoch zur dritten Farbe dribbeln.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf hohe Intensität achten und die Stangen im Sprint umlaufen.
- ▶ Erst nach Umlaufen der Stange und bei Blickkontakt zuspielen.
- ▶ Zum Zuspiel seitlich an der Stange anbieten und den Ball fordern.