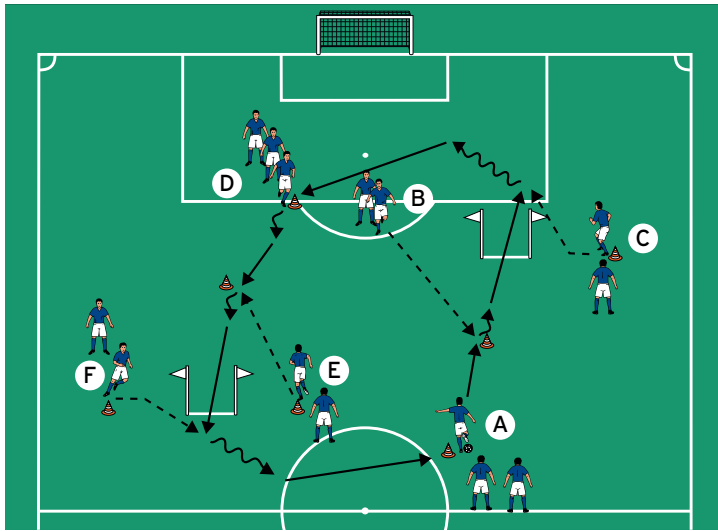


THEMA: SPIELZÜGE GEZIELT EINSTUDIERN



AUFWÄRMEN 1:

ENTGEGENKOMMEN, MITNEHMEN UND PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Einen Parcours mit 2 Stangentoren und Hütchen aufbauen.
- ▶ Die Spieler auf die Positionen verteilen.

ABLAUF

- ▶ A passt zum diagonal entgegenkommenden B, der kurz an- und mitnimmt und durch das Hütchentor auf den in die Tiefe startenden C spielt.
- ▶ C nimmt ebenfalls mit und passt auf D.
- ▶ D passt zum diagonal entgegenkommenden E, der kurz an- und mitnimmt und durch das Hütchentor auf den in die Tiefe startenden F spielt.
- ▶ F nimmt ebenfalls mit und passt zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.

VARIATIONEN

- ▶ Den Parcours über die jeweils andere Seite aufbauen.
- ▶ B muss per Direktpass auf C weiterleiten.
- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ B soll jeweils nach einer Gegenbewegung mit Schulterblick entgegenstarten.
- ▶ In die Vorwärtsdrehung an- und mitnehmen und möglichst bereits mit dem nächsten Kontakt auf den Flügel spielen.
- ▶ C soll sich zunächst auf Höhe des Stangentores bewegen, ehe er explosiv in die Tiefe startet.