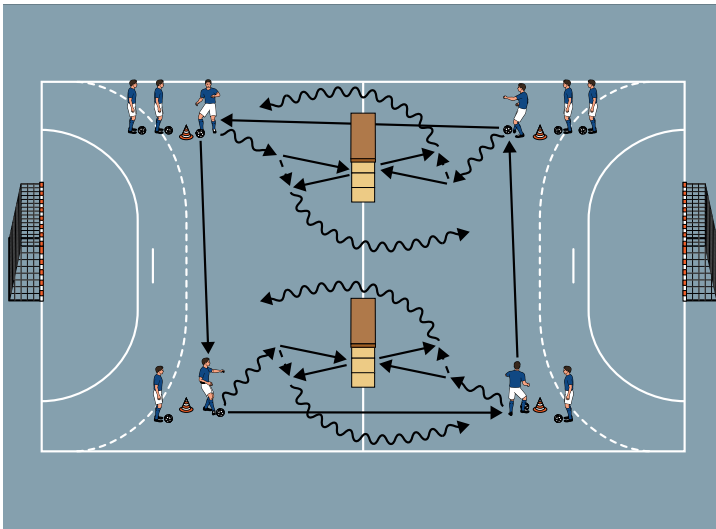


THEMA: TURNKÄSTEN ALS PERFEKTE ZUSPIELER



AUFWÄRMEN 2:

KASTEN-MITNAHME MIT ZUSPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler passen gleichzeitig gegen den Uhrzeigersinn zum Spieler am nächsten Hütchen.
- ▶ Die Spieler nehmen zum Turnkasten mit, passen gegen diesen und nehmen dann zum Hütchen gegenüber mit.

VARIATIONEN

- ▶ Im Uhrzeigersinn passen.
- ▶ Den Ball zum Hütchen diagonal gegenüber mitnehmen.
- ▶ Den Ball im/gegen den Uhrzeigersinn zum nächsten Hütchen mitnehmen.
- ▶ Den Ball von einer Seite gerade, von der anderen Seite diagonal mitnehmen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer zunächst jeden Durchgang mit einem Zuruf starten.
- ▶ Beim Zuspiel gegen den/im Uhrzeigersinn möglichst mit der rechten/linken Innenseite mitnehmen.