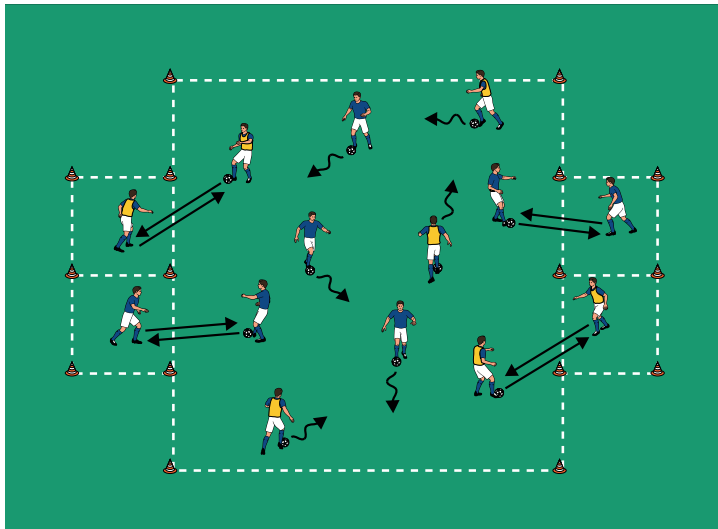


## THEMA: TORSCHUSS-WETTKÄMPFE MIT GEGNERDRUCK



### AUFWÄRMEN 1

#### ANSPIEL-PUNKTE

##### ORGANISATION

- ▶ 1 großes und 4 kleine Felder markieren.
- ▶ 2 Gruppen bilden.
- ▶ Pro Gruppe 2 Anspieler benennen.

##### ABLAUF

- ▶ Die Anspieler positionieren sich in den kleinen Feldern.
- ▶ Alle anderen bewegen sich frei mit Bällen im großen Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler möglichst viele Pässe mit den Anspielern der eigenen Gruppe spielen.
- ▶ Für jeden Pass wird 1 Punkt vergeben.
- ▶ Welche Gruppe hat nach 1 Minute mehr Punkte?
- ▶ Nach jedem Durchgang die Anspieler tauschen.

##### VARIATIONEN

- ▶ Die Anspielen haben 2 Pflichtkontakte.
- ▶ Nach jedem Anspielerspiel müssen die Spieler im Feld 1 Finte ausführen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen sich selbst organisieren, da jeder Anspieler immer nur 1 Ball zurückspielen kann.
- ▶ Die Anspieler müssen abwechselnd angepasst werden.