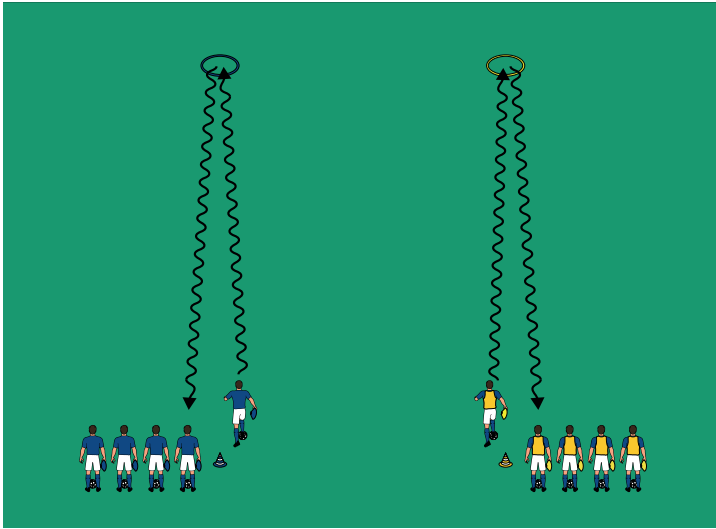


THEMA: SCHNELLIGKEIT GEWINNT!



AUFWÄRMEN 1:

HÜTCHEN-SAMMLER

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen nebeneinander errichten.
- ▶ 15 Meter vor jedes Starthütchen einen Reifen legen.
- ▶ 2 Teams bilden und an den Starthütchen verteilen.
- ▶ Jeder Spieler hat einen Ball und ein Hütchen.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln nacheinander zum Reifen, legen das Hütchen in den Reifen und schlagen den nächsten Spieler ab.
- ▶ Sobald alle Spieler die Hütchen abgelegt haben, können sie Hütchen aus dem anderen Reifen holen.
- ▶ Welches Team sammelt in 1-3 Minuten mehr Hütchen im Reifen?

VARIATIONEN

- ▶ Ohne Ball laufen.
- ▶ Den Ball rollen/prellen.
- ▶ Jeder Spieler hat 2 Hütchen.
- ▶ Die Distanz zu den Reifen verlängern/verkürzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der nächste Spieler startet erst, wenn er vom Vormann abgeschlagen wurde.
- ▶ Jeder Spieler darf immer nur jeweils ein Hütchen ablegen.