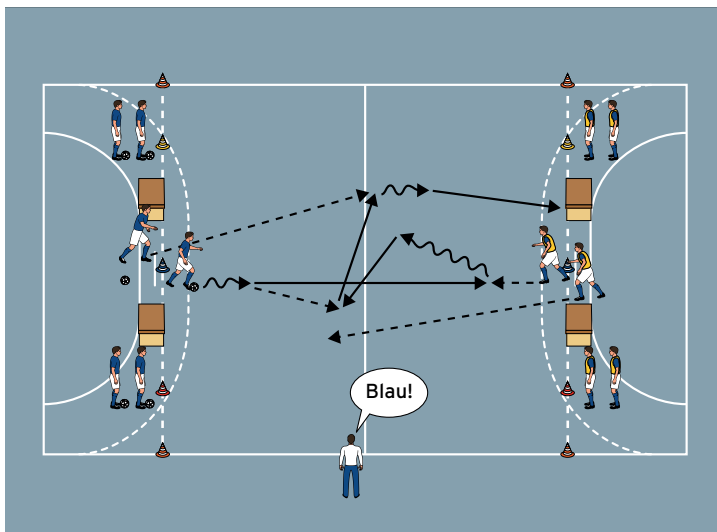


THEMA: MIT KLEINKÄSTEN VIELSEITIG TRAINIEREN



HAUPTTEIL 2:

2-GEGEN-2-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten.
- ▶ Jetzt auf beiden Grundlinien je 2 Kleinkästen aufstellen.
- ▶ Die Spieler auf einer Grundlinie haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Den Grundablauf aus Hauptteil 1 beibehalten.
- ▶ Jetzt laufen beide Spieler von den aufgerufenen Hütchen zum 2 gegen 2 auf die Kleinkästen ins Feld.
- ▶ Jedes 2 gegen 2 dauert so lange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Positionen und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Den Ball hoch zuwerfen bzw. per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspelen.
- ▶ Die Spieler spielen zunächst einen doppelten 'Doppelpass'.
- ▶ Der Trainer ruft 2 verschiedene Hütchenfarben auf, wobei die erste Farbe den Ballbesitzer und die zweite den Passempfänger benennt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Hallenwände als Banden ins Spielfeld einbeziehen.
- ▶ Als Passempfänger die Zuspiele sofort in die Vorwärtsbewegung mitnehmen und auf einen Gegenspieler zudribbeln, um diesen zu binden.
- ▶ Sind mehr Spieler anwesend, alternativ auch im 3 gegen 3 spielen lassen.