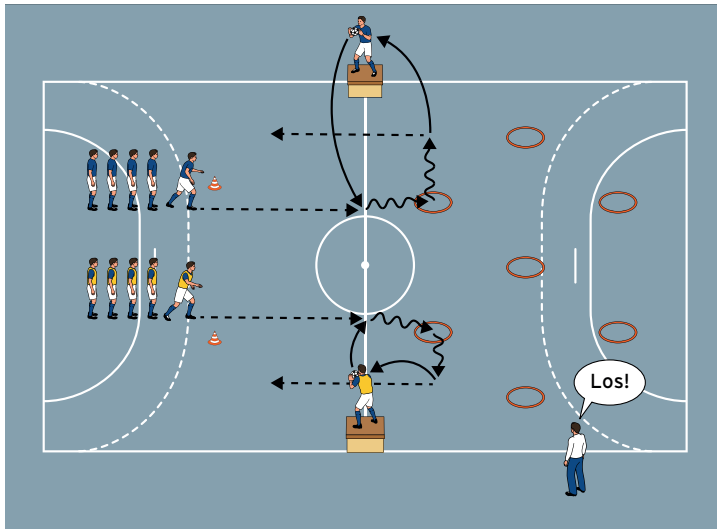


THEMA: KREATIVES TECHNIKTRAINING IN DER HALLE



AUFWÄRMEN 2:

REIFEN-TREFFER II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Im freien Feld 2 Starthütchen nebeneinander markieren.
- ▶ Die Teams ohne Ball an je 1 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Die Anspieler auf den kleinen Kästen haben je 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando laufen die jeweils ersten Spieler zur Mittellinie, fangen das Zuspiel des Anspielers und prellen ins andere Feld.
- ▶ Hier schnellstmöglich in einen Reifen prellen und zum Anspieler zurückpassen.
- ▶ Anschließend zurück laufen und den Hintermann abschlagen.
- ▶ Welche Mannschaft schafft zuerst einen kompletten Durchgang?
- ▶ Die Anspieler nach jedem Durchgang wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen in 2 Reifen prellen.
- ▶ Die nachfolgenden Spieler nutzen den zweiten Reifen des Vorgängers als ersten Reifen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Reifen darf von jeder Mannschaft nur 1 mal genutzt werden.
- ▶ Die Spieler dürfen erst ins Feld starten, wenn sie vom Vorgänger abgeschlagen worden sind.