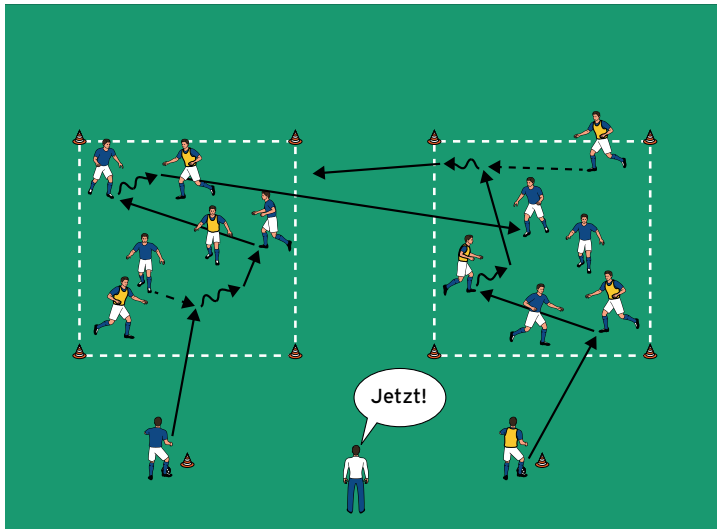


THEMA: UNTER DRUCK AN- UND MITNEHMEN



**AUFWÄRMEN 2:**

**DOPPELTER FELDER-WECHSEL**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 2 Mannschaften bilden und die Spieler gemäß Abbildung verteilen.

**ABLAUF**

- ▶ Auf ein Trainerkommando passen die Anspieler zu einem Mitspieler im Feld.
- ▶ Die Passempfänger müssen jetzt 2 Pässe in den eigenen Reihen spielen und dann schnellstmöglich ins jeweils andere Feld passen.
- ▶ Die dortigen Passempfänger passen sich ebenfalls 2-mal in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Abschließend passen die Ballbesitzer zum eigenen Anspieler zurück.

**VARIATIONEN**

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team passt zuerst wieder zu seinem Anspieler?
- ▶ Der Empfänger des zweiten Passes dribbelt ins andere Feld und startet hier die neue Pass-Aktion.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ 'Doppelpässe' vermeiden: Jeder Spieler der jeweiligen Gruppe muss angespielt werden.
- ▶ Die Spieler der gegnerischen Mannschaft dürfen die Kombinationen nicht gezielt stören.
- ▶ Nach jeder Aktion die Anspieler wechseln.