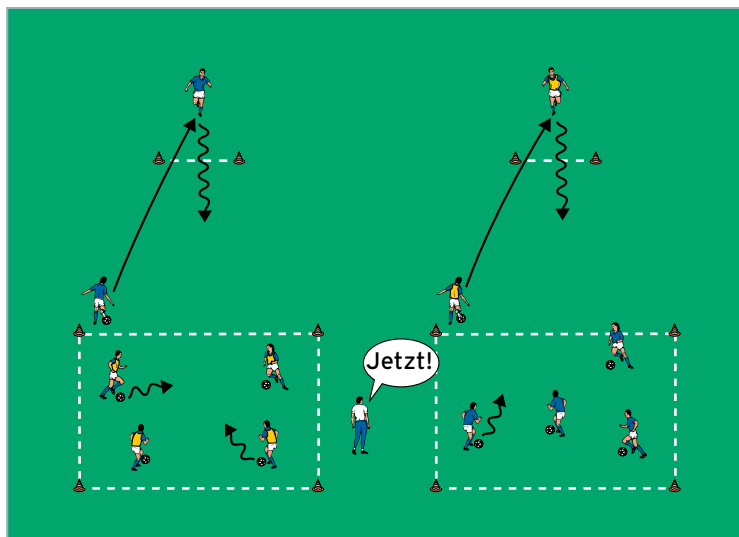


AUFWÄRMEN 2: Dribbelfangen mit Passauftakt

von Mario Vossen (12.08.2014)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften von zuvor weiter verwenden
- Zusätzlich ein Positionshütchen aufstellen
- Jede Mannschaft benennt 1 Fänger und 1 Passgeber
- Jeder Spieler erhält 1 Ball

Ablauf

- Die Spieler bewegen sich zunächst frei mit dem Ball im Feld.
- Auf ein Trainerkommando passt der aufgerufene Spieler durch das Hütchentor zum Fänger.
- Dieser dribbelt durch das Hütchentor ins Feld und versucht hier, schnellstmöglich 2 Spieler abzuschlagen.
- Der Fänger, der zuerst seine Aufgabe erfüllt, erhält für seine Mannschaft 1 Punkt.
- Der Passgeber und der Fänger tauschen nach der Aktion die Position.
- Nach der zweiten Aktion werden 2 neue Spieler benannt.

Variationen

- Der Fänger versucht, einen gegnerischen Ball aus dem Feld zu spielen.

Tipps und Korrekturen

- Bis zum Startkommando des Trainers sollten sich die Spieler im lockeren Tempo im Feld bewegen.
- Der Fänger muss den Ball ebenfalls eng am Fuß führen.
- Verlässt ein Ball der Läufer ohne Zutun des Fängers den Raum, so gilt die Aktion ebenfalls als abgeschlossen.