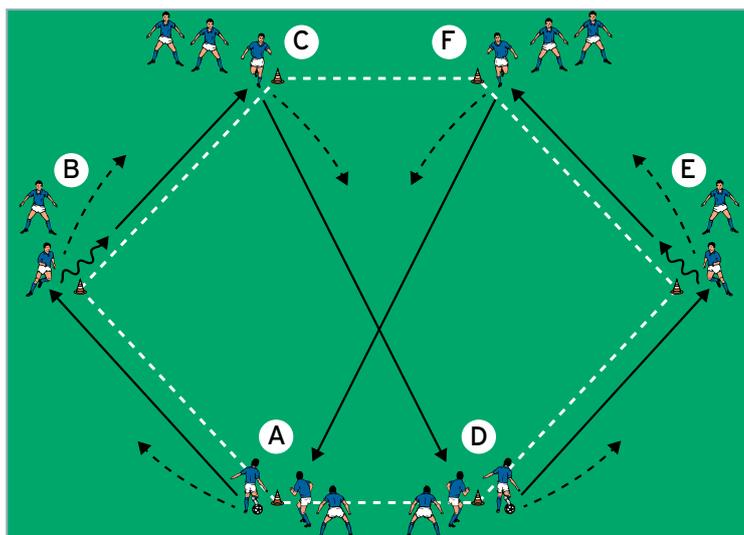


AUFWÄRMEN 1: Passen im Sechseck

von Horst Hrubesch (18.11.2014)



Organisation

- Ein Sechseck errichten
- Die Spieler an den Hütchen verteilen
- Die jeweils ersten Spieler an den Starthütchen haben 1 Ball

Ablauf

- A und D starten die Aktion gleichzeitig.
- A passt zu B, der auf C weiterleitet.
- C spielt diagonal auf D.
- D passt zu E, der auf F weiterleitet.
- F spielt diagonal auf A usw.
- Alle Spieler laufen ihren Abspielen zum jeweils nächsten Hütchen nach.

Variationen

- Zwischen A, B und C bzw. D, E und F je 1 Wandspieler postieren: A passt zum Wandspieler, der direkt zurückprallen lässt. A passt zu B. B passt zum Wandspieler usw.

Tipps und Korrekturen

- Auf ein präzises Passspiel achten!
- Stets Aufmerksamkeit und Konzentration fordern!
- Auf Beidfüßigkeit achten: Mit rechts annehmen und mit links passen bzw. umgekehrt.