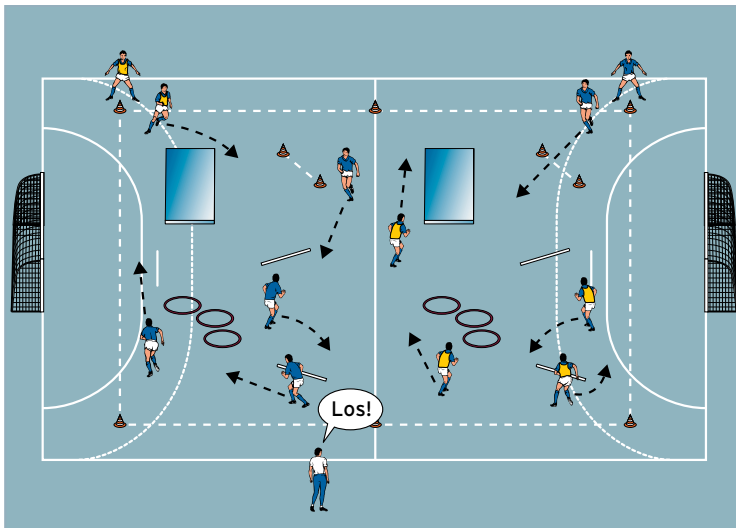


AUFWÄRMEN 2: Fangen mit Hindernissen

von Ralf Peter (16.12.2014)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten, die Bälle weglegen
- Pro Team 2 Fänger bestimmen und diese an einem Eckhütchen des anderen Feldes postieren

Ablauf

- Ein Trainerkommando startet die Aktion.
- Die jeweils ersten Fänger starten ins Feld und versuchen, einen gegnerischen Spieler abzuschlagen.
- Die Spieler können die Materialien nutzen, um hinter ihnen Schutz zu suchen, da diese nicht übertreten werden dürfen.
- Sobald der Fänger einen Spieler gefangen hat, schlägt er seinen Partner ab, der ebenfalls versucht, einen Spieler zu fangen.
- Welches Fänger-Duo ist zuerst fertig?

Variationen

- Die Fänger müssen jeweils 2 Läufer abschlagen.
- Der Trainer gibt vor, welche Materialien als Freinsel genutzt werden können, auf denen nicht gefangen werden darf.

Tipps und Korrekturen

- Das Fängerteam, das zuerst die Aktion beendet hat, erhält 1 Punkt für die Mannschaft.
- Das Fängerteam nach jeder Aktion austauschen.
- Verlässt ein Spieler das markierte Feld, gilt er als gefangen.