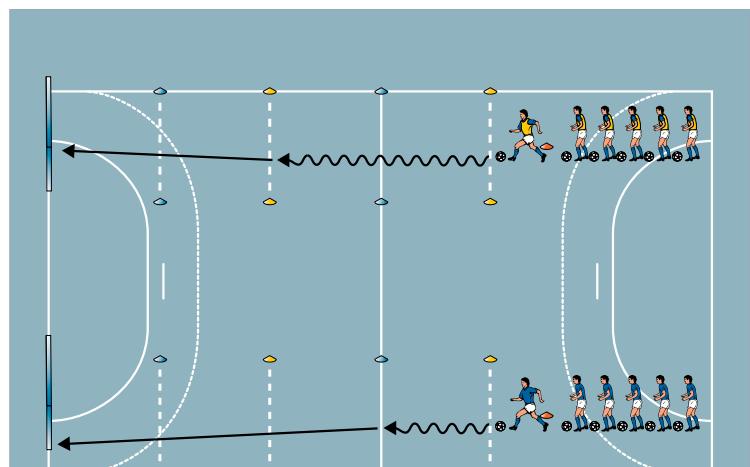


AUFWÄRMEN 2: Auf- und Abstiegs-Pass

von Klaus Pabst (30.12.2014)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler starten gleichzeitig, dribbeln zu vordersten Passlinie und passen zur Bodenturnmatte.
- Bei einem Treffer steigen die nächsten Spieler zur entfernteren Linie auf und passen von dort.
- Bei einem Fehlpass steigen die nächsten Spieler zur näheren Linie ab und passen von dort.
- Welche Gruppe trifft zuerst von der hintersten Linie?

Variationen

- Nur mit rechts/links passen.
- Den Ball in der Hand tragen und per Vollyschuss mit der Innenseite passen.
- Den Ball in der Hand tragen und per Vollyschuss mit dem Spann passen.

Tipps und Korrekturen

- Der nächste Spieler startet, sobald der Vordermann gepasst hat.
- Den Weg zur Bodenturnmatte sofort freimachen, so dass der nächste Spieler ungestört passen kann.
- Als Trainer den Spielstand beider Gruppen jeweils laut ansagen.
- Möglichst flach und mittig zur Matte passen.