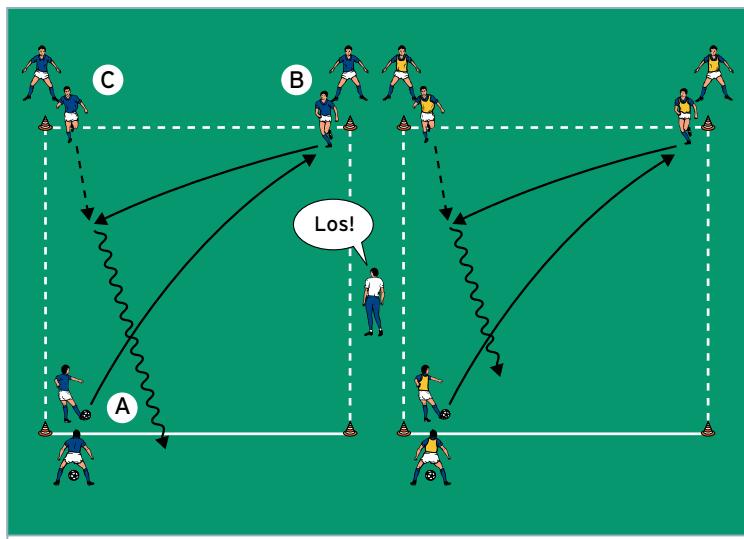


AUFWÄRMEN 2: Flugball-Staffel

von Frank Engel (10.03.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Die Spieler auf die vorgegebenen Positionen verteilen

Ablauf

- Ein Trainerkommando startet die Aktion, die in beiden Gruppen gleichzeitig abläuft.
- A spielt einen diagonalen Flugball zu B.
- B kontrolliert das Zuspiel und passt flach in den Lauf von C.
- C dribbelt schnellstmöglich über die Ziellinie.
- Der Spieler, der zuerst die Ziellinie überdribbelt, erhält für seine Mannschaft 1 Punkt.
- Im Anschluss an die Aktion rücken die Spieler 1 Position weiter.

Variationen

- Der Trainer bestimmt die Art des Auftaktpasses durch Zuruf.
- Von der anderen Seite aufspielen.
- Nur mit rechts/links passen.
- C nimmt den Pass von B am Eckhütchen an und mit.

Tipps und Korrekturen

- Im Spiel entscheidet häufig die Ballkontrolle über das Spieltempo.
- Auch hohe bzw. halbhohe Zuspiele müssen schnellstmöglich verarbeitet werden, um das Spiel fortzusetzen.
- B muss den Ball zunächst kontrollieren, bevor er ihn weiterleitet.
- C startet erst in den Raum, wenn B das Zuspiel von A empfängt.