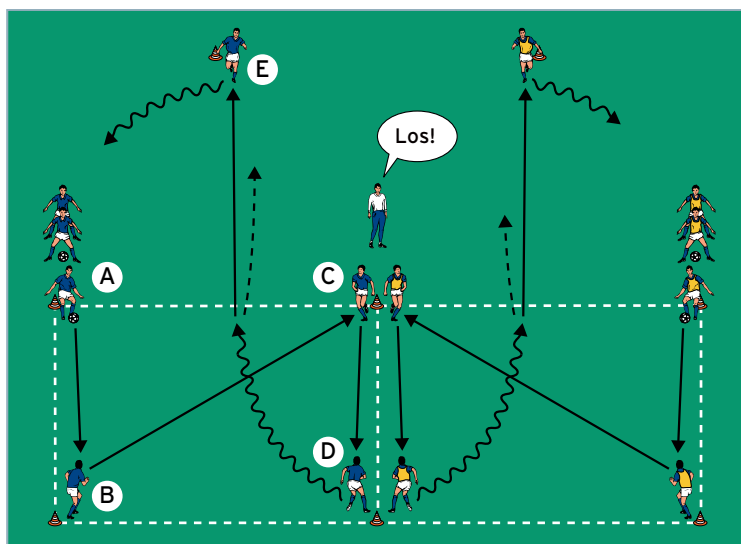


## AUFWÄRMEN 2: Blitz-Kombination

von Mario Vossen (25.08.2015)



### Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Jeweils 3 Spieler A mit Ball und die restlichen Spieler ohne Ball auf die Feldecken verteilen

### Ablauf

- Der Trainer startet per Zuruf die Aktion.
- Die Spieler passen sich in der vorgegebenen Reihenfolge von A bis D zu.
- D nimmt ins Feld mit und passt aus dem Feld zu E.
- E kontrolliert das Zuspiel und dribbelt zur Startposition.
- Der Spieler, der zuerst die Startposition erreicht, erhält für seine Mannschaft 1 Punkt.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

### Variationen

- Die Aktion läuft als Staffel ab.
- Nur direkt spielen.
- Mit 2 Pflichtkontakten agieren.
- Zur anderen Seite aufspielen.

### Tipps und Korrekturen

- E ruft jeweils laut, sobald er die Startposition erreicht hat. So kann der Trainer besser erkennen, welcher Spieler zuerst im Ziel ist.
- Auf ein sauberes, flaches Passspiel achten.
- Alle Spieler halten ihre Position am Hütchen und verkürzen die Distanz nicht.