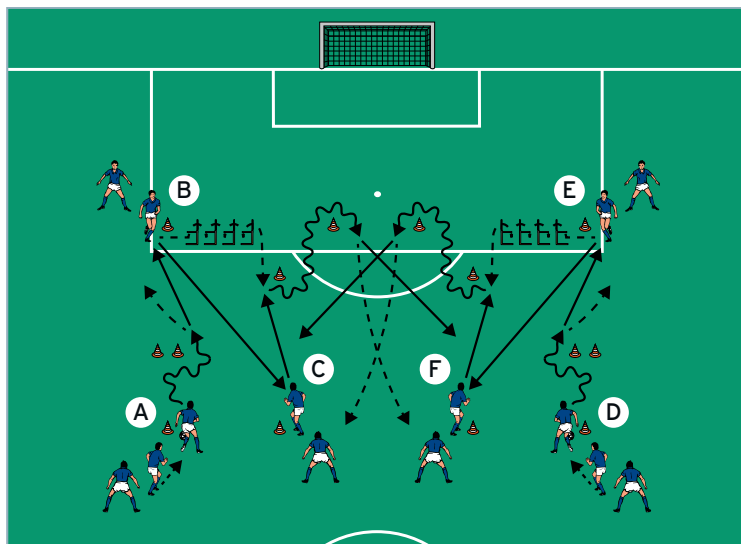


AUFWÄRMEN 2: Geschicklichkeit und Technik II

von Frank Engel (25.08.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Den Parcours zusätzlich mit weiteren Hütchen ergänzen
- Die Spieler an den Stationen verteilen
- Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball

Ablauf

- A und D starten gleichzeitig, umdribbeln die Hütchen vor ihnen mit einer Finte und passen zu B bzw. E.
- Diese spielen einen Doppelpass mit C bzw. F und überlaufen dabei die Minihürden (siehe Aufwärmen 1).
- Anschließend passen sie zum jeweils nächsten Spieler bei D bzw. A, die ebenfalls starten usw.

Variationen

- Mit genau 2 Kontakten passen (annehmen, spielen).
- Im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Nach dem Abspiele mit höchstem Tempo zur jeweils nächsten Position laufen.
- Darauf achten, dass die Pässe situativ richtig mit dem linken bzw. rechten Fuß gespielt werden.