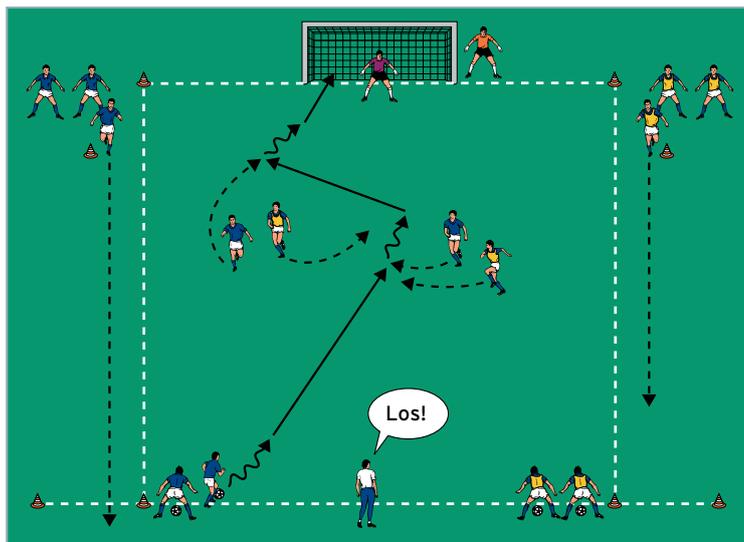


HAUPTTEIL 2: Sprint-Auftakt II

von Meikel Schönweitz (25.08.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden
- Die Schusslinie entfernen
- 2 Spieler pro Team im Feld postieren

Ablauf

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt erspielt der Sieger im Laufduell für sein Team das Angriffsrecht.
- Der erste Ballbesitzer des entsprechenden Teams dribbelt zum 3 gegen 2 ins Feld und versucht, im Zusammenspiel mit seinen Mitspielern einen Treffer zu erzielen.

Variationen

- Der Verlierer im Laufduell darf zum 3 gegen 3 ins Feld nachstarten.
- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Angreifer müssen innerhalb von 15 Sekunden abgeschlossen haben.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler behalten zunächst ihre Aufgaben. Erst nach 2 kompletten Durchgängen die Positionen und Aufgaben wechseln.
- Darauf achten, dass die Läufer vollständig erholt sind, ehe sie erneut zum Laufduell antreten.