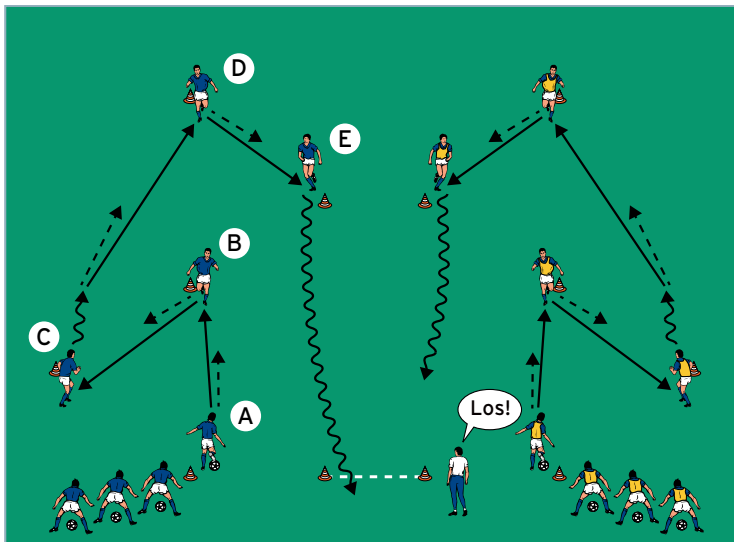


AUFWÄRMEN 2: Aufbau-Parcours II

von Meikel Schönweitz (09.02.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Gruppen weiter verwenden
- Zusätzlich zwischen den beiden Parcours 1 Ziellinie errichten
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die Spieler bei A haben Bälle

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passen die jeweils ersten Ballbesitzer zu B, die sofort auf C prallen lassen.
- C nimmt kurz an und mit und spielt dann zu D weiter, der auf E ablegt.
- E dribbelt schnellstmöglich über die Ziellinie.
- Der Spieler, der zuerst die Linie überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter, und die jeweils nächsten Ballbesitzer bei A treten gegeneinander an.

Variationen

- Die Spieler A bis D müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- Alle Spieler müssen im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Nach einem kompletten Durchgang die Seiten tauschen, um die Aktion jeweils zu beiden Seiten durchzuführen.
- Darauf achten, dass alle Spieler in der Nähe ihrer Hütchen agieren, um eine Chancengleichheit zu garantieren.
- Nach einem kompletten Durchgang die Reihenfolge wechseln, damit nicht immer die gleichen Spieler gegeneinander antreten.