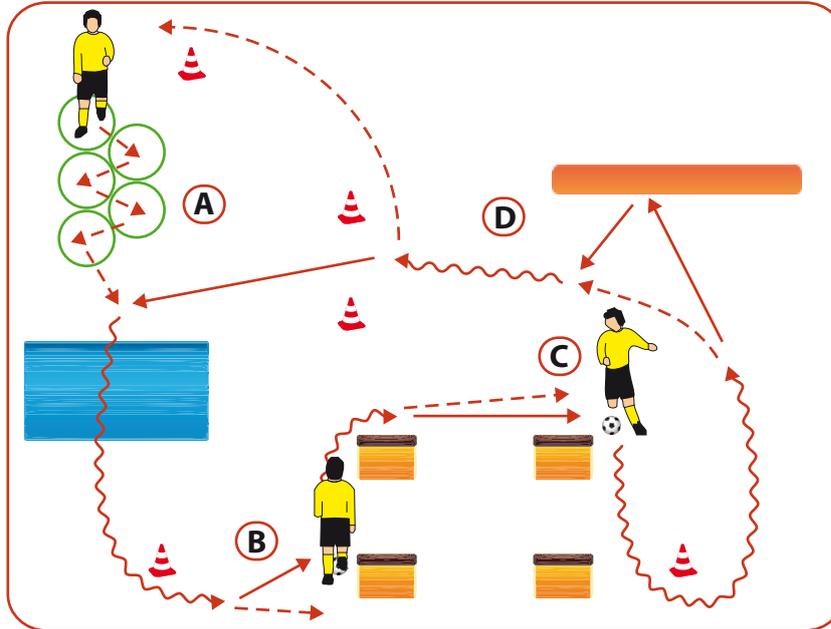




## Team Warm-Up



- A** Der Spieler startet, wenn der Pass nach Durchlaufen der Koordinationsringe gesichert ist, nicht früher.
- B** Auf Position B wartet ein Mitspieler auf den Pass des Startspielers, der über die Matte gedribbelt ist.
- C** Auf Position C wartet ein weiterer Spieler auf den Pass des Spielers von Position B.
- D** Der Spieler von Position B übernimmt Position C und der Spieler von Position C dribbelt ums Hütchen. Jetzt folgt der Pass erst gegen die Bank und nach Ballkontrolle vor die Matte.

### Variationen:

- Verschiedene Sprungformen bei den Ringen.
- Statt Ringe werden Bodenmarkierungen eingesetzt.
- Den Ball über die Matte lupfen.

### Tipp:

- Positionen B+C doppelt besetzen. Wettkampf möglich!

Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					

→ Pass  
  → Laufweg  
  → Dribbling  
  → Torschuss  
  → Wendetechnik