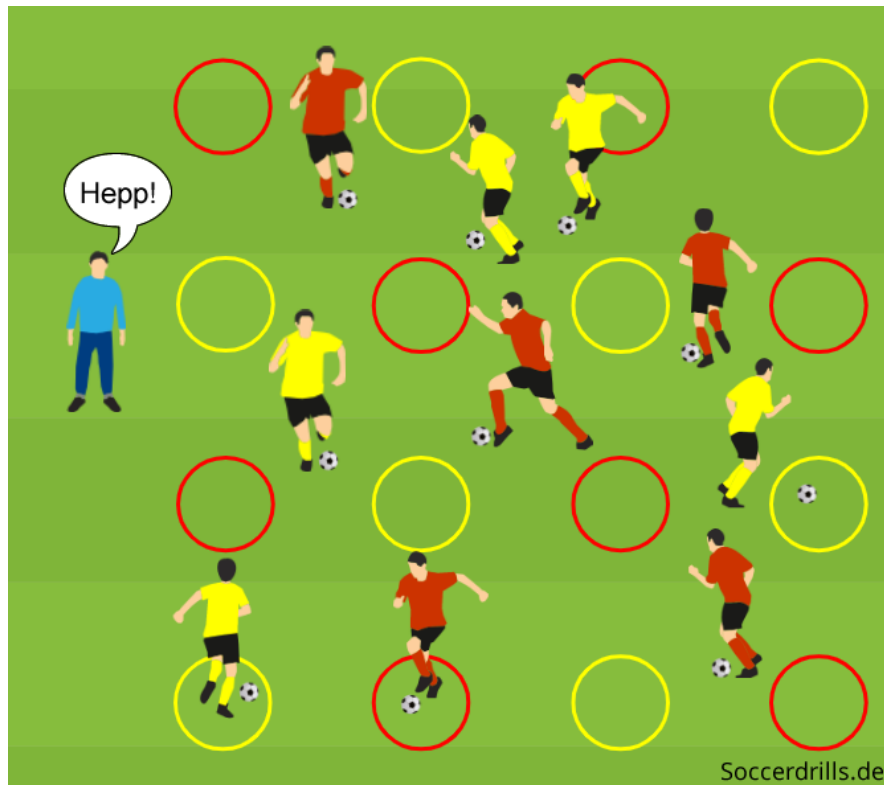


Aufwärmen - Ballfighter



Organisation:

- Wir teilen die Trainingsgruppe in zwei Teams auf. Jeder Spieler verfügt über einen Ball.
- Im Übungsfeld werden Reifen in zwei Farben ausgelegt, die Anzahl ist identisch. Wir benötigen mehr Reifen, als Spieler auf dem Feld sind. Jedem Team wird eine Reifenfarbe zugeordnet.

Ablauf:

- Bei Übungsstart bewegen sich die Spieler frei im Feld mit dem Ball am Fuß.
- Auf Trainerkommando beginnt der Wettkampf.
- Die Spieler versuchen die Bälle, in die ihrem Team zugeordnete Reifen abzulegen.
- Pro Reifen darf nur ein Ball platziert werden.
- Vom Gegner abgelegte Bälle können aufgenommen und in einen eigenen Reifen abgelegt werden.
- Gewonnen hat das Team, welches in jedem Reifen einen Ball abgelegt hat oder nach vorgegebener Zeit die meisten Bälle platziert hat.

Varianten:

- Im Feld dürfen Bälle im 1 gegen 1 erobert werden oder zwei Spieler eines Teams attackieren einen Spieler aus der anderen Mannschaft.
- Es dürfen mehrere Bälle in einem Reifen abgelegt.
- Vorgabe der Dribbeltechnik.
- Es wird nicht gedribbelt, die Bälle werden getragen.

Trainertipps:

- Unbedingt verschiedene Dribbeltechniken fordern.
- Lasse deine Spieler Taktiken testen und kommunizieren.