

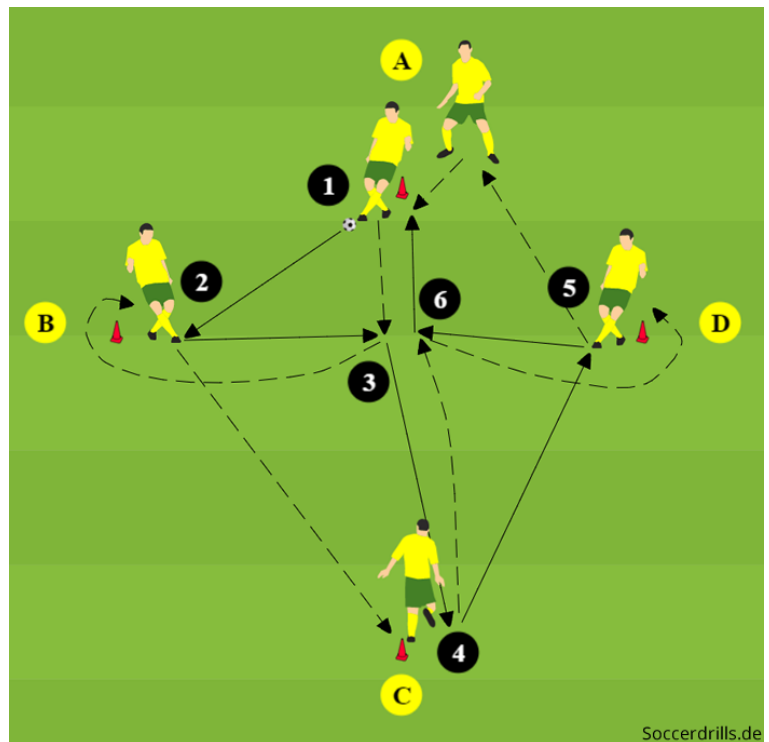
## Aufwärmen - Drachenspiel

### Organisation:

- Mit 4 Hütchen wird ein Drache markiert, wie in der Grafik dargestellt. Die Entfernung sind abhängig von der Trainerintension.
- Jedes Hütchen wird von einem Spieler besetzt. In der Startgruppe A werden zwei Spieler postiert, der Startspieler hat einen Ball.

### Ablauf:

1. A passt zu B und startet ins Zentrum.
2. B passt zu A und übernimmt Position C.
3. A passt zu C und übernimmt Position B.
4. C passt zu D und startet ins Zentrum.
5. D passt zu C und übernimmt Position A.
6. C passt zu A und übernimmt Position D.



### Varianten:

- Ablauf im Uhrzeigersinn.
- Auf Trainerkommando „Switch“ wird von Position A die Ablafrichtung geändert, wenn der Ball dort das nächste Mal ankommt.
- Jeder Pass erfolgt mit dem zweiten Kontakt.
- Verschiedene Passtechniken.

### Trainertipps:

- Saubere Ausführung geht vor Tempo.
- Das Tempo ist abhängig von der Passgenauigkeit.