



Aufwärmen

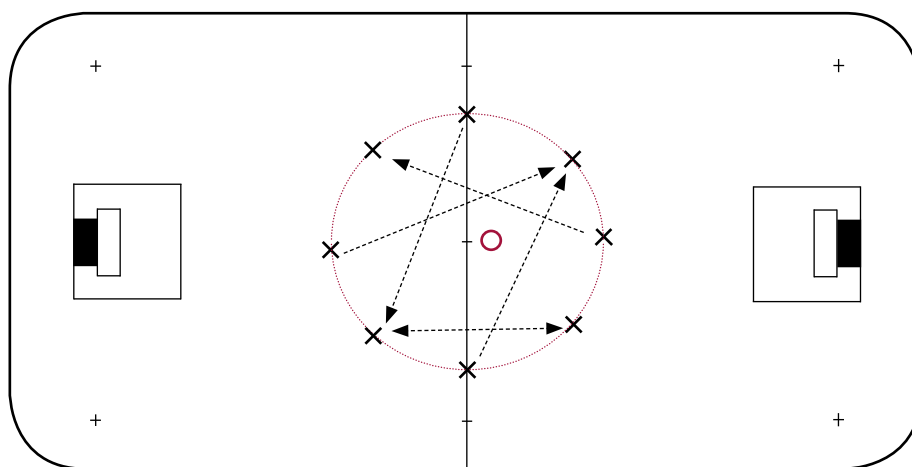
Hauptteil

Spielteil

TIGERBALL

Thema/Ziel der Übung:

- > Aufwärmen/Kreislauf anregen
- > Orientierung im Raum
- > Passspiel
- > Wettkampfform



ABLAUF

In der Kreismitte steht ein «Tiger».
Er versucht den Ball abzufangen, den sich die Spieler zupassen.
Fängt er den Ball, wechselt er mit dem Spieler den Platz.

VARIATION

- > Gruppengrößen variieren
- > Raum einschränken
- > Nur noch Direktpässe

TIPS UND KORREKTUREN

Ball flach spielen.