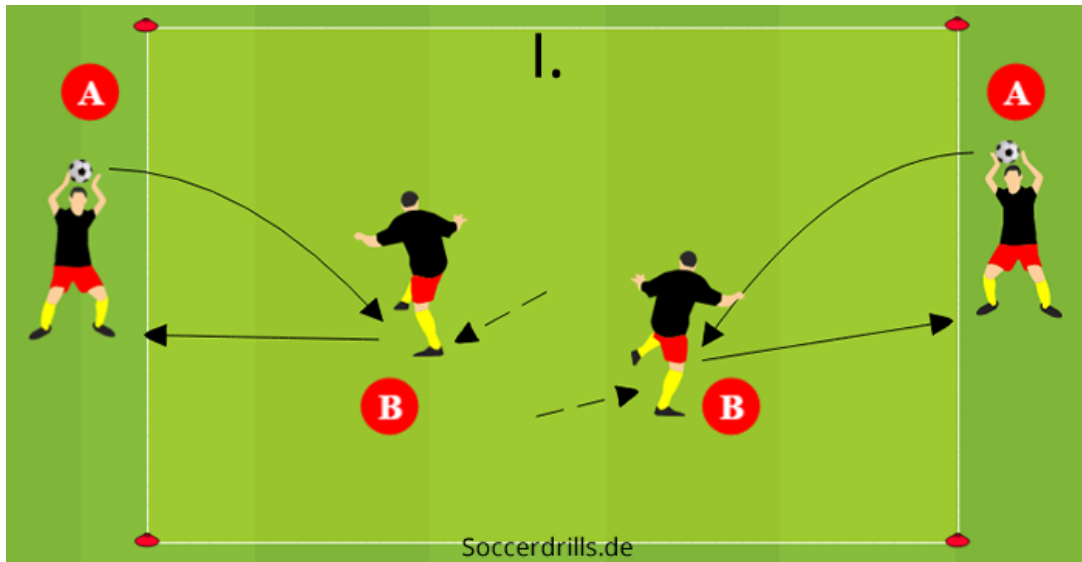


Annahme von Einwürfen - Komplexe Abläufe I bis III

Organisation komplexe Abläufe:

- Wir markieren ein Spielfeld mit den Maßen von ca. 20 x 15 Metern.
- Jedem Spielfeld werden 4 Spieler zugeteilt.
- Mindestens 2 Bälle werden pro Feld benötigt.



Komplexer Ablauf I:

- Zwei Spieler stehen zum Einwurf an den Feldseiten bereit. Die anderen Spieler erwarten im Zentrum die Einwürfen.
- A. Beide Spieler im Zentrum fordern gleichzeitig den Einwurf von außen.
- B. Sie stoppen den Zuwurf und passen mit Spann zurück.
- Anschließend drehen sie sich und fordern den Zuwurf von der anderen Seite.
- Nach 8 Aktionen tauschen die Innen- und Außenspieler die Positionen.

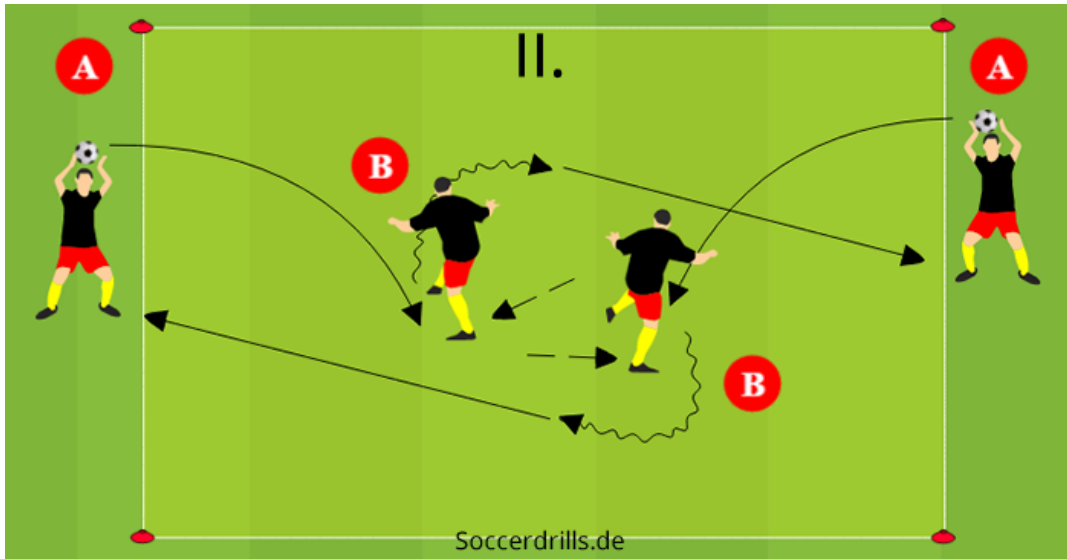
Varianten:

- Ballannahme mit dem Oberschenkel, Brust oder Kopf.
- Rückspiel mit dem Innen- oder Außenrist nach Ballannahme.
- Rückspiel mit dem ersten Kontakt, mit dem Fuß, mit der Brust oder Kopf.

Trainertipps:

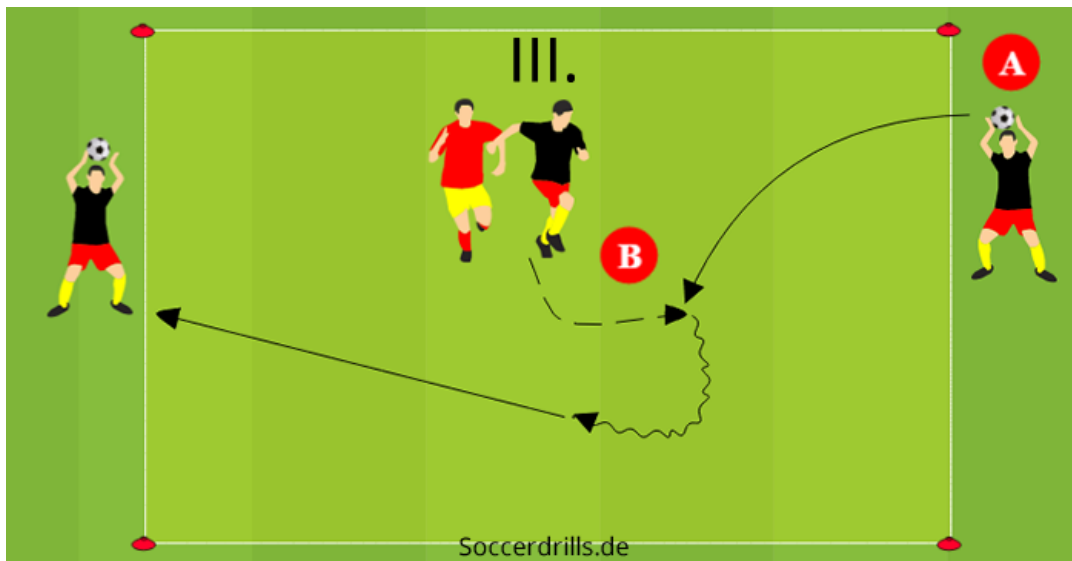
- Regelkonforme Ausführung der Einwürfen beachten.
- Unbedingt Beidfüßigkeit fordern.
- Die Einwerfer kontrollieren die Rückspiele immer im Feld!

Annahme von Einwürfen - Komplexe Abläufe I bis III



Komplexer Ablauf =:

- Übung: Zwei Spieler A (links/rechts) halten einen Ball. Zwei Spieler B (Mitte) bewegen sich. A wirft den Ball zu B, B passt zum anderen B, B wirft zurück zu A.



Komplexer Ablauf !=:

- pr Ablauf I au e ar a e
- A Im e rum bef e e A re fer u e r peler er A re fer for er e urf o au e
- er r peler be er le l er a a er a
- r opp e u urf u pa m pa ur

Variante:

Der Störspieler attackiert aktiv.