

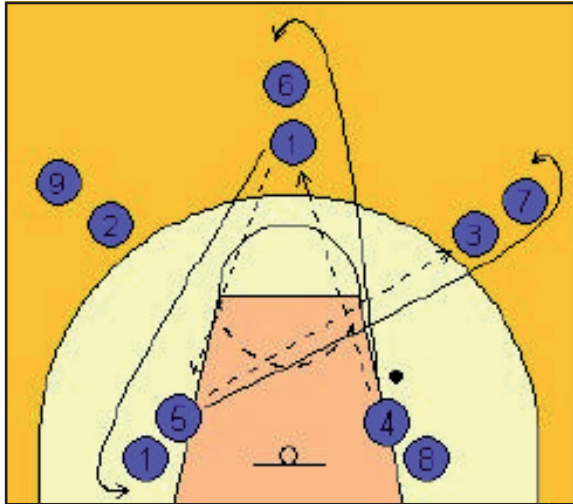
Drillname: Star-Passing

Kategorie: Passing

Erstellt am: 18.06.2004

Kurzbeschreibung: Passing-Drill für das ganze Team.

Organisation: 5 Spieler, 1 Ball



Die 4 im Ballbesitz passt den Ball zur 1, läuft dem eigenen Pass hinterher und stellt sich bei der Gruppe hinten an. Die 1 passt zur 5, läuft hinterher und stellt sich hinten an u.s.w. Zu Beginn kann man nur Brustpässe oder nur Bodenpässen machen, sollte ein Pass nicht möglich sein, wird ein Fake gemacht, bis der Spieler, der im Weg war vorüber gelaufen ist. 2. Variante. Nur Brustpässe sind erlaubt, nach 2 min. kommt ein andersfarbiger Ball ins Spiel, mit dem nur Bodenpässe gemacht werden dürfen, somit ist das Team dazu angehalten konzentrierter zu arbeiten. Bei jedem „incomplete Pass“ muss das Team 10 Push-ups machen.