



Blindpass - Anspiel

Material und Ablauf:

Benötigt werden 2 grosse Mattenwagen. Bis auf drei Spieler benötigen alle einen Ball. Die Mattenwagen werden so hingestellt, dass der Einlaufende Spieler vom Flügel her von den Aufbauspielern nicht gesehen wird. Drei Spieler stellen sich in den Aufbau, einer am 2er l, einer HM und einer am 2er r. Die restlichen Spieler gehen auf den linken Flügel und jeder hat einen Ball. Der Flügelspieler mit Ball spielt den Ball dem 2er links zu, in den Lauf. Dieser läuft Richtung Tor und spielt den Ball weiter zu Mitte, ebenfalls in den Lauf. Der HM Spieler läuft ebenfalls auf das Tor und spielt den Ball dem 2er rechts zu, der anläuft und den Ball Boden auf in den Korridor wirft, sauberes Zuspiel. Der Flügelspieler hat die Aufgabe sein ablaufen so zu timen, dass er den Ball annehmen kann, ohne dass er zu spät oder zu früh kommt und anhalten muss. Er nimmt den Ball und wirft ein Tor, macht er das Tor nicht (Ball nicht gefangen oder erhalten = Fehler) macht er eine Strafübung, z.B. über 5 Hürden hüpfen, 10 Liegestützen, o.ä.

Es ist zu beachten, dass

- die drei Spieler die den Ball spielen richtig laufen (technisch korrekte Ausführung)
- die Zuspielqualität hoch ist.
- das Timing des Läufers stimmt (nicht dass er warten muss, bis er den Ball erhält).
- der Schütze technisch korrekt abspringt um den Torwurf zu machen.

Optionen:

- Die Rückraumspieler spielen sich die Bälle im Sprungwurf zu.
- Es wird ein Kreuzen eingebaut vor dem Zuspiel an den Einlaufenden Spieler.

