



Ballsucher & Israel

Regeln:

- Alle Spieler mit Ball in definiertem Raum (z.B. 9m Raum)
- Die Spieler bewegen sich prellend in dem definiertem Raum.
- Auf Pfiff wird der Ball abgelegt und mit Sprint ein neuer Ball eines Mitspielers aufgenommen.

Optionen:

- 1 Spieler ist ohne Ball, wer dann auf Pfiff keinen Ball besitzt, macht eine Straffübung (Rumpfbeugen, über einen Parcour gehen, usw.)

