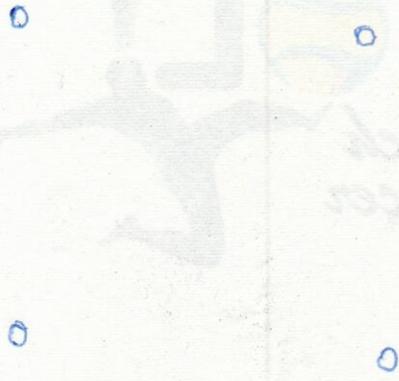
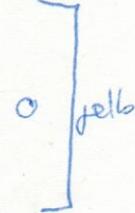
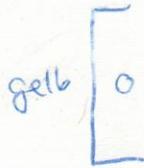


ca. 20 x 20 m

+



x



x



x

### Zum Erwärmen:

Im Viereck in unterschiedlichen Formen den Ball führen:

- Innen- + Außenseite (legal)
- " + " links + rechts wechseln
- " + " führen + zurückziehen
- Pendeln
- Pendeln + auf Kommando Fußschauf
- " + Schritt über den Ball
- " + mit Spalte vorlegen

→ Ball führen; Auf Kommando 6 Toe-Teps, ausschl. zu einem kleinen Tor sprinten und zum Ball zurück. (Verschärfung als Wettkampf)

→ 1 Minute Ball führen + Kontakte zählen → Auf Kommando 6 Toe Teps + zum Tor laufen.

→ Ball führen; ca. Hälfte bekommt Leibchen in die Hand; während des Führens tauschen; Auf Kommando tickt z.B. mit Leibchen + ohne schließt auf Tore ab bevor sie getickt werden.

Erhöhte Schwierigkeit: versch. Farben an Leibchen, die getauscht werden. Kommando an Farbe / ohne Leibchen.

- Spiel 4 v 4 :
- auf 2 gegenüberliegende Tore
  - auf je 2 Tore rot gegen gelb
  - auf alle 4 Tore
  - auf Tore die ringgerufen werden.