

Reaktions- passspiel

Posten-Nr.

Postenaufbau:

-

Material pro 2 Tn:

- 1 Fussball

Übung:

selbständiger Rollentausch



Ihr steht hintereinander, der hinten stehende ist mit einem Fussball ausgerüstet. Dieser spielt nun den Ball seinem Partner von hinten zwischen den Beinen hindurch oder wirft ihn über seinen Kopf nach vorne. Der vorne stehende muss so schnell wie möglich reagieren und den Ball möglichst früh abfangen.