





### Variationen

Jedes Team lässt einen Ball in den eigenen Reihen laufen. Der Übungsleiter ruft nach einiger Zeit eine Teamfarbe. Es wird mit dem Ball des angesagten Teams gespielt.

### Coaching Tipps

Verteidigendes Team:

Den ballführenden Spieler sofort unter Druck setzen und den Raum eng machen.

Ballbesitzendes Team:

Das Feld groß machen und sofort Anspielstationen schaffen.

### Animierte Übung

Einfach den QR-Code scannen und loslegen!

