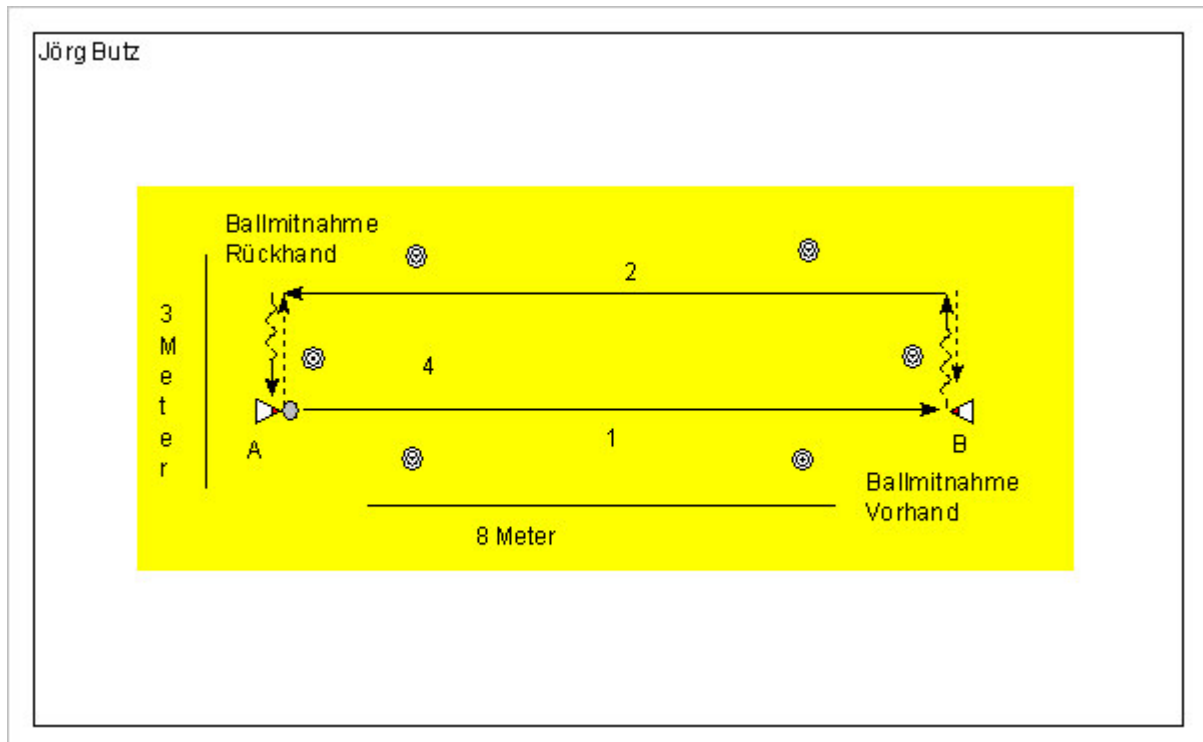


## Trainingsschwerpunkt: Passspiel Ballannahme und Ballmitnahme



### ORGANISATION.

- 1 Passparcours mit 6 Hütchen aufbauen ( Abstand ca. 8 Meter )
- 2 Spieler A und B stehen sich gegenüber (1 Ball).

### ABLAUF

- A passt longline zu B (1) und läuft außen zur anderen Seite des Parcours.  
B nimmt den Ball mit der Vorhand zur Seite an und mit und passt ebenfalls longline zu A zurück (2).  
A nimmt den Ball mit der Rückhand zur Seite an und mit usw.

### HINWEISE

- Nach einigen Pässen die Richtung wechseln.  
Einen Ablauf mit jeweils 2 Ballkontakten anstreben. An- und Mitnahme mit der Vorhand bzw. Rückhand und Pass mit Vorhand bzw. Rückhand.  
Mit zunehmender Sicherheit druckvoller passen.