

Wechselsprungpass

Material:

Ball, Langbank

Organisation/Ablauf:

Es wird eine Bank im Abstand von etwa vier Metern zur Wand aufgestellt. Versuche, Pässe gegen die Wand zu spielen (Bild 1) und gleichzeitig Wechselsprünge an der Langbank auszuführen (Bild 2). Wiederhole diesen Vorgang mehrmals.

