



### ORGANISATION:

- 2 Starthütchen
- 8 Stangen oder Hütchen
- jeweils 4 verschiedenfarbige Hütchen (Hütchenquadrat)
- jeder Spieler 1 Ball

### ABLAUF:

- die ersten Spieler dribbeln Slalom durch die Stangen und danach in das Hütchenquadrat, wo sie den Ball mit der Sohle stoppen (Ball darf nicht aus dem Quadrat rollen)
- danach laufen sie so schnell wie möglich gerade zurück zur Gruppe und klatschen mit dem Mitspieler ab
- Welche Mannschaft hat zuerst alle Bälle im Quadrat ?

### VARIATIONEN:

- rückwärts zurücklaufen
- beim Zurücklaufen auch Slalom durch die Stangen
- linker und rechter Fuß

### COACHING:

- enge Ballführung um die Stangen
- Dribbling mit der Innen – und Außenseite durch die Stangen

