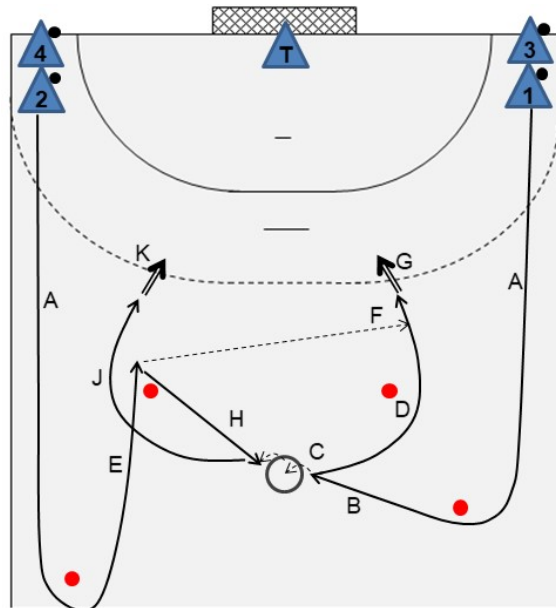


Juli 2020	Wurfserie mit zwei Würfeln hintereinander	8	☆☆
Benötigt: 4 Bodenplättchen, 1 Turnreifen, ausreichend Bälle			

Aufbau (s. Bild):

- Mit Bodenplättchen die Laufwege markieren.
- In der Mitte einen Turnreifen auslegen.
- Die Spieler haben je einen Ball und starten aus der linken und rechten Ecke.



Ablauf:

- **1** und **2** starten gleichzeitig und umprellen auf ihrer Seite jeweils das Bodenplättchen nahe der Mittellinie (A).
- Da der Laufweg für **1** kürzer ist, sollte er vor **2** abbiegen.
- **1** prellt zum Reifen (B) und legt seinen Ball dort ab (C).
- Dann umläuft **1** in hohem Tempo im Bogen nach rechts das Bodenplättchen (D), bekommt von **2**, der inzwischen Richtung Tor prellt (D), den Pass in den Lauf (F) und schließt mit Wurf ab (G).
- **2** läuft zum Reifen (H), holt den dort abgelegten Ball, umprellt dann das Bodenplättchen im Bogen nach links (J) und wirft auf das Tor (K).

! **2** soll beim Umprellen des Bodenplättchens an der Mittellinie den Laufweg von **1** beobachten und das richtige Tempo für das Pellen Richtung Tor und den Pass zu **1** wählen.

! Den Ablauf auch auf die andere Seite spielen mit dem ersten Wurf auf der linken und dem zweiten auf der rechten Seite. Dazu die Bodenplättchen an der Mittellinie umsetzen, sodass **1** den längeren Laufweg hat.

Weitere Übungen auf www.handball-uebungen.de