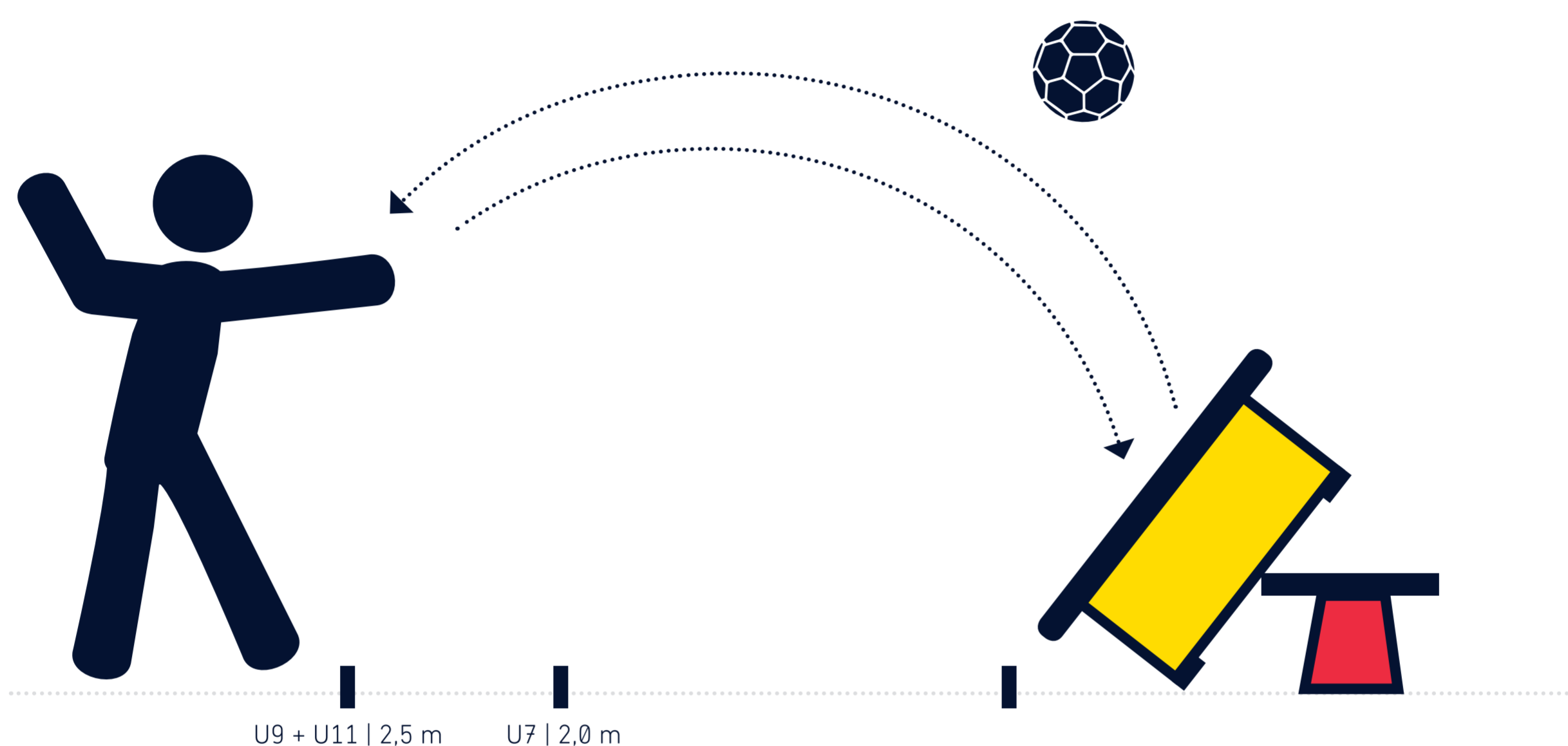


ÜBUNG 1

WERFEN UND FANGEN



Ein kleiner Kasten wird schräg auf die kurze Seite an eine Bank gestellt, Sitzfläche nach oben. Die Spielenden werfen von der Altersklassen-Markierung auf den Kasten und fangen den Ball hinter dieser beidhändig und stehend wieder auf.

Der Abstand für **U7 beträgt 2,0 m, U9 und U11 stehen 2,5 m entfernt.**

1 Punkt = Wurf und Fangen

Zeitraumen: 30 Sekunden

Material: 1 Ball | 1 Sitzbank | 1 kleiner Turnkasten | Markierungen

Rangpunkte	U7	U9	U11
3	≥ 8 Punkte	≥ 10 Punkte	≥ 12 Punkte
2	5-7 Punkte	6-9 Punkte	7-11 Punkte
1	2-4 Punkte	2-5 Punkte	3-6 Punkte

