

**Übungstitel:** Schlachtfeld

**Übungsdauer:** 10-15 Minuten

**Trainingsumgebung:** Tennisplatz

**Gruppengröße:** 2- ca. 20

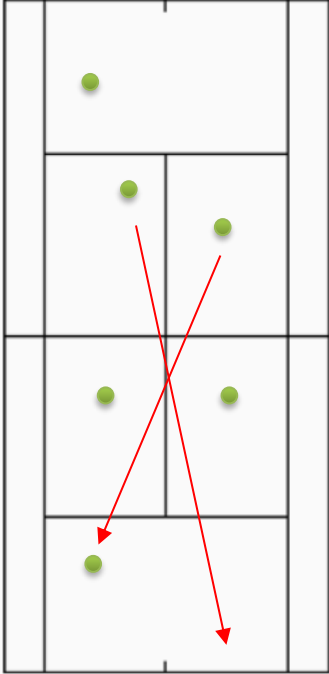
**Niveau:** ☒ einfach ☐ mittel ☐ anspruchsvoll

**Ausdauer/Energie:** ☐ wenig ☒ mittel ☐ viel

**Übungsart:** Einwärmen

**Übungsziele:** Kraft, Ausdauer

**Sicherheitsaspekte:** Auf Bälle im Feld aufpassen

Dauer	Übung/Spielform	Organisation	Material
10-15 Minuten	<ul style="list-style-type: none"><li>• 2 Gruppen werden gemacht</li><li>• Zeit festlegen</li><li>• Jede Gruppe wirft die Bälle von ihrer Seite auf die gegnerische Seite</li><li>• Am Ende zählen, auf welcher Seite es weniger Bälle hat → Gewinner</li><li>• Notiz: Bälle verteilen, sammeln und zählen braucht viel Zeit</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Viele Bälle</li></ul>