



Beispiel zwei Trainingsgruppen

- Tasche(n) + Getränk (Wasser) in der Spielerecke abstellen.
- Jeder bleibt in seiner Box bzw. Hälfte. Außer der Trainer veranlasst einen Wechsel, der dann zeitgleich und im Uhrzeigersinn geschieht und eine Plattenreinigung zur Folge hat.
- Bälle vom Mitspieler bzw. von andere Boxen werden mit dem Fuß zurückgekickt.
- Toiletten, sind zeitlich versetzt zu betreten und zu verlassen!

