

# Street Racket: Rundlauf für Einsteiger (Einzelfeld)

Präzise Zuspiele sind Voraussetzung für diese Spielform. Die Schülerinnen laufen und passen viel.

Rundlauf mit Zuspiel: Damit alle Personen mit Erfolg im Rundlauf integriert sind (Einsteiger, jüngere Personen), kann eine Trainerin oder ein guter Spieler auf einer Seite stehen und den Ball fortlaufend präzise zuspielen.



Die anderen Personen befinden sich auf der Gegenseite, führen einen Schlag aus und laufen danach eine ganze Runde um das Feld, bevor sie sich wieder in der Kolonne anstellen.

Die Trainerin kann den Ball von Hand zuwerfen oder direkt mit dem Racket zuspielen. In dieser Anwendung ist zudem der Bewegungsanteil grösser (dank doppelter Laufstrecke).

---

Quelle: Marcel Straub, Street Racket



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**