

Street Racket: Duell (Kreuzfeld)

Diese intensive Spielform auf dem Kreuzfeld zeigt rasch ihren kompetitiven Charakter. Spielintelligenz, Schnelligkeit, Präzision und Antizipation sind gefordert, will man in diesem Spiel bestehen.

Zwei Personen stehen sich gegenüber und decken jeweils zwei Quadrate des Kreuzfelds ab. Es dürfen beide gegnerischen Quadrate beliebig angespielt werden. Die grundlegenden Spielregeln von Street Racket gelten auch beim Kreuzfeld-Duell (kein Volley, kein Smash). Da diese Spielform einen intensiven Charakter aufweist, sollte vorher gut aufgewärmt werden.



Variationen

- Durch das Definieren einer Mindest-Flughöhe des Balles (Knie-, Hüft-, Schulter-, Kopfhöhe) können Intensität und Tempo des Duells gesteuert werden. Um Niveauunterschiede ausgleichen zu können pro Spieler auch andere Ballhöhen gelten lassen.
- Gegnerische Quadrate müssen abwechselnd angespielt werden
- weitere Schlagabfolgen definieren (z. B. zweimal ins gleiche Quadrat spielen)
- beiden Händen einen Schläger halten

Material: Schläger, Softball

Quelle: Marcel Straub, Street Racket



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO