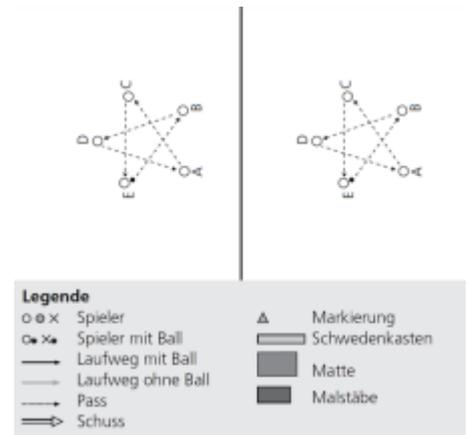


Smolball – Passen: Sternspiel

Diese Übung eignet sich für jede Sportart und kann beliebig erschwert und erleichtert werden. Genaues Passen und eine grosse Portion Aufmerksamkeit sind wichtige Zutaten für diese Übungsform.

5 Spieler bilden einen Stern. Spieler A spielt zu Spieler C, Spieler C zu Spieler E und Spieler E zu Spieler B usw.



Variationen

- Es darf ein Sicherheitsball gespielt werden (Ball einmal hochspielen).
- Ein zusätzlicher Ball wird ins Spiel gebracht.
- Auf ein Signal hin wechselt die Spielrichtung.
- Der Stern wird durch weitere Spieler ergänzt.

Material: Schläger, Bälle, Matten



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO