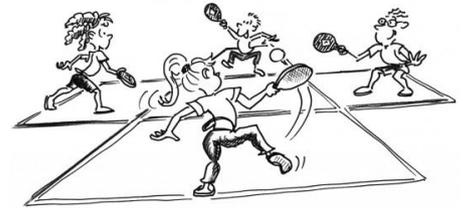


Street Racket: Ballstafetten (Kreuzfeld)

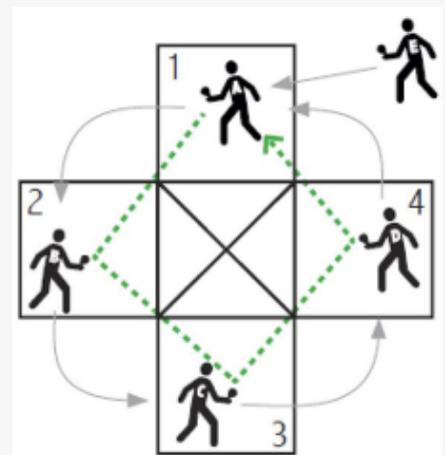
Das Kreuzfeld bietet eine ideale Ausgangslage für spannende und rhythmische Ballstafetten alleine, zu zweit oder in der Gruppe.

In jedem der 4 Spielquadrate befindet sich eine Person. Der Ball wird reihum gespielt und die Personen bleiben auf ihren Positionen. Wie viele gültige Bälle kann das Quartett auf diese Weise spielen oder wie viele Runden kann der Ball ohne Fehler zurücklegen?



Variationen

- **Gruppen-Ballstafette:** Der Ball wird von 5 Personen im Kreis reihum gespielt. Jede Person folgt dem Ball und bedient in der nachfolgenden Runde das nächste Feld. Die 5. Person ersetzt am Anfang die erste Person, da ihr Spielfeld nach ihrem Lauf frei geworden ist. Variante mit 4 Personen: jeweils die letzte Person der Runde führt zwei Schläge nacheinander aus, erläuft den ersten Ball im nachfolgenden Quadrat und spielt ihn dann zur nächsten Person weiter.



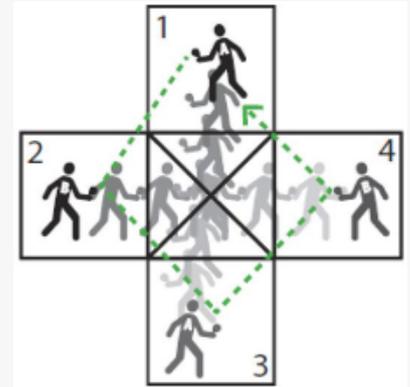
Gruppen-Ballstafette

einfacher

- Fangen und Werfen des Balles anstelle des Schlagens mit dem Racket den Ball mit der offenen, angespannten Handfläche schlagen.
- Optionaler Einsatz eines Kontrollschlages; jede Person kann sich den ersten Ball an Ort und Stelle selber zupielen, um die Kontrolle wieder zu erlangen und dann mit der zweiten Ballberührung das nächste Feld anvisieren.

schwieriger

- Mehrere Bälle: Die Ballstafette wird mit 2 oder mehr Bällen absolviert. Dies erfordert hohe Konzentration und Teamwork.
- Duo-Ballstafette: Wie lange schaffen es 2 Personen, abwechselnd jedes Feld reihum anzuspielen? Dabei bewegt sich Person A jeweils zwischen 2 Feldern hin und her und Person B zwischen den anderen beiden Feldern (siehe Bild). Die Ballstafette kann auch alleine absolviert werden, indem man dem eigenen Ball laufend folgt.



Duo-Ballstafette

Material: Rackets und Bälle

Quelle: Marcel Straub, Street Racket



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO