

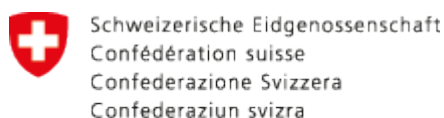
# Futnet: Technik

Futnet weist ein breites Repertoire an Bewegungstechniken auf; am wichtigsten ist der Pass, ohne den keinerlei Spiel möglich wäre.

Bewegung	Beschreibung	Videos und Reihenbilder
Pass	Die wichtigste Bewegungstechnik im Futnet. Auf ihr beruht die Wirksamkeit des Angriffs.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>
Aufschlag	Ziel ist es, den Gegner in Schwierigkeiten zu bringen, auch wenn dies nicht der wichtigste Trumpf im Futnet ist.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>
Smash	Der Angriffsschlag par excellence. Diese Bewegung erfordert Gelenkigkeit und Koordination, weil der Angreifer sein Bein mit perfektem Timing hochheben muss.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>
Stoppball	Ein fortgeschrittener Angriffsschlag. Der Spieler ist in Schlagposition, wenn er sich für einen Stoppball entscheidet, um seinen Gegner zu täuschen.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>
Kopfball *	Mit einem Kopfball lässt sich ein in mittlerer Höhe kommender Ball leicht wieder in die Höhe schiessen.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>
Brustabnahme *	Auch die Ballabnahme mit der Brust, den Ball nach oben und nach vorne zu schiessen.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>
Dropkick *	Von fortgeschrittenen Spielern benutzt, wenn sie einen Aufschlag oder einen Smash abnehmen.	→ <a href="#">Mehr dazu</a>

\* Die am meisten eingesetzten Abwehrbewegungen sind Kopfball, Ballabnahme mit der Brust und Dropkick. Im Futnet bereiten alle Abwehrbewegungen gleichzeitig immer auch die nächste Angriffsphase vor. Sie haben eine doppelte Zielsetzung: den Ball hoch und vor sich steigen zu lassen. Damit erhält er eine gebogene Flugbahn, die einem Mitspieler die Ballabnahme erleichtert. Im Einzel wird der Ball im Wesentlichen in die Höhe gespielt, damit ihn der Spieler dann unverzüglich zurückspielen kann.

Quelle: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



**Bundesamt für Sport BASPO**