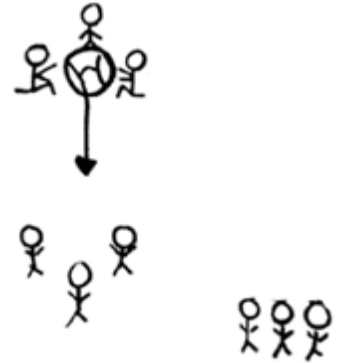


# Kin-Ball: Spiel 3:3:3

In dieser Übung wird das Verteidigen im Team trainiert. Es spielen drei Teams zu je drei Spielerinnen in einer Hallenhälfte.

Drei Teams à drei Spielerinnen begegnen sich gleichzeitig auf einem Spielfeld (= halbe Sporthalle). Das Team A spielt immer auf das Team B, das Team B auf das Team C und dieses wiederum auf A. Der Ball muss mindestens 1,8 Meter weit und zwingend horizontal oder in die Höhe fliegen.

Um das Spiel zu vereinfachen, dürfen keine Täuschungen vollzogen und der Ball muss immer geradeaus gespielt werden. Je nach Niveau der Spielerinnen können nach und nach die offiziellen Kin-Ball-Regeln angewendet werden (siehe [Hilfsmittel](#)).



## Variationen

- Das Team in Ballbesitz wählt die Gegnerinnen selber (Farben nennen!).
- Um die Verteidigungsarbeit zu erschweren, ist die Wahl des Schlages frei (die Richtung variieren).
- Nach jeder Balleroberung muss sich die Zelle in die Mitte des Spielfeldes verschieben, bevor sie spielt.
- Eine bestimmte Art von Schlag bestimmen.

Quelle: mobilepraxis 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO