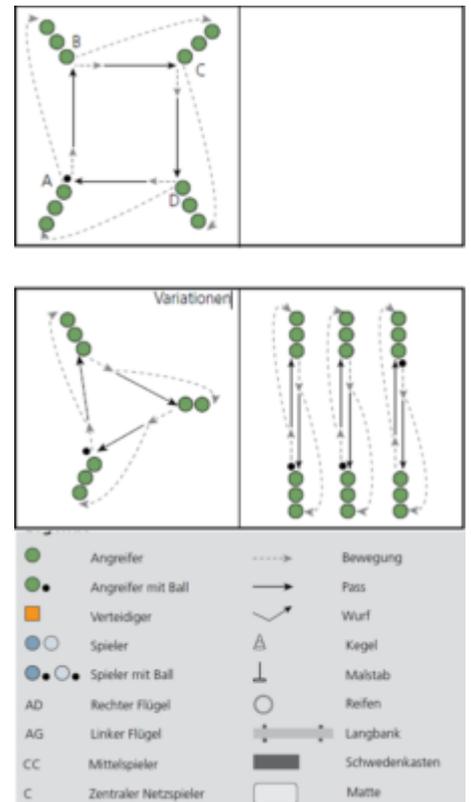


Tchoukball – Angriff – Passen: Tschechisches Quadrat

Bei dieser Übung verbessern die Spieler die Qualität ihrer Pässe und werden in die für Tchoukball charakteristischen Bewegungsabläufe eingeführt.

Auf einem halben Spielfeld vier Kolonnen mit je drei Spielern bilden, die jeweils an den Ecken eines mit Markierkegeln gebildeten Quadrats stehen.

Der erste Spieler von Kolonne A bewegt sich zwei Schritte vorwärts, spielt den Ball dem ersten Spieler von Kolonne B zu und rennt ans hintere Ende der Kolonne B; Spieler B in Ballbesitz spielt den Ball dem ersten Spieler von Kolonne C zu usw.



Klicken zum Vergrößern.

Variationen

- Mit bloss drei oder zwei Gruppen. Diese beiden Spielformen (Dreieck und vis-à-vis) sind dem Spielablauf im Tchoukball näher.
- Wie bei der vorhergehenden Variation, aber mit Wurf aufs Netz abschliessen.

einfacher

- Grösse des Quadrats reduzieren (kürzere Pässe).

schwieriger

- Die Passspieler sind in Bewegung.
- Die Fänger sind in Bewegung.
- Passspieler und Fänger sind in Bewegung.

- Ball gestreckt fangen oder gestreckt passen; Ball im selben Strecksprung fangen und passen.

Material: Ein Ball pro Quadrat (Dreieck usw.), mehrere Markierkegel, ggf. ein Frame

Quelle: Muriel Sommer Vorpe, J+S-Fachleiterin Tchoukball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO