

# Rückschlagspiele mit Kindern – Squash: Ziel Squash

**Zuspiel-Übung mit zu treffendem Ziel. Ideal für erste Treffversuche und Erlernen der Technik.**

Die Leiterin spielt den Ball über die Vorderwand in die Bodenfläche vor dem rechten Aufschlagviereck. Der Spieler versucht von dort aus ebenfalls via Vorderwand das Aufschlagviereck zu treffen.



## Variationen

- Auf der linken Seite des Courts.
- Ziele verändern (hinter Aufschlagviereck, an die Vorderwand geklebte Zeitung).
- In der Gruppe. Nach dem Spielen des Balls entlang der linken Seitenwand weglaufen und wieder links hinter dem Aufschlagviereck einreihen. Bei grösseren Gruppen Zusatzbeschäftigungen in der linken hinteren Ecke (Parcours, Kraft, Koordination).

## einfacher

- UGrösseres Ziel (z. B. hinteres Viertel).
- Mehrere Ziele.
- Einfacher zuspiesen.

## schwieriger

- Kleineres Ziel.
- Volley (direkt in der Luft, ohne Bodenaufprall) spielen.
- Schwieriger zuspiesen (z. B. Boast über Seitenwand).

**Material:** Squashschläger, Squashball (Soft-, Gummi-, Tennis- oder Tischtennisball)

Quelle: Michael Müller, Fachleiter Squash, Verantwortlicher Kindersport Swiss Squash



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**