

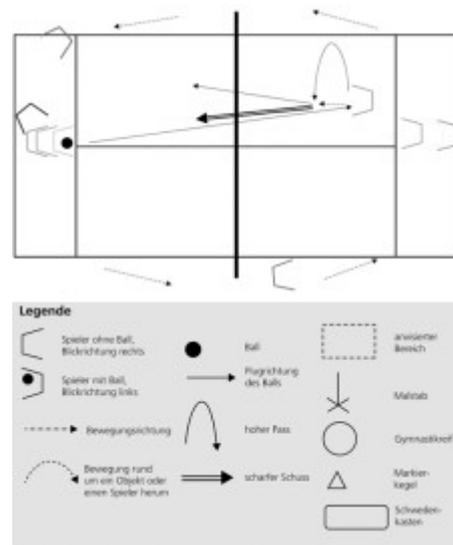
Futnet – Spielformen: Drehtisch

Diese Übung verbessert die Konzentration, da die Spielerinnen keinen Fehler machen dürfen.

Auf einem oder mehreren Spielfeldern zwei Kolonnen bilden, auf der einen und der andern Netzseite. Die erste Spielerin der einen Kolonne spielt für die Spielerin der Kolonne gegenüber auf. Diese darf den Ball einmal kontrollieren, bevor sie ihn ins Feld der gegnerischen Mannschaft zurückspielt. Sie kann ihn auch ohne Kontrolle zurückspielen.

Unmittelbar danach laufen die beiden Spielerinnen an den Schluss der jeweils gegenüberliegenden Kolonne und warten, bis sie wieder an der Reihe sind. Das Spiel läuft, bis jemandem ein Fehler unterläuft. Mittels Aufschlag kommt der Ball dann erneut ins Spiel.

Alle Schülerinnen beginnen das Spiel mit fünf Leben. Bei jedem Fehler verlieren sie ein Leben. Haben sie keines mehr, scheiden sie aus. Die übriggebliebenen Spielerinnen tragen ein Endspiel auf zwei Punkte aus.



Klicken zum Vergrößern.

Variationen

einfacher

- Einmalige Ballkontrolle mit den Händen erlauben.

schwieriger

- Beschränkung auf einen Bodenkontakt.

Regeln

- Maximal zwei nicht aufeinanderfolgende Bodenkontakte sind erlaubt, bevor der Ball wieder zum Gegner gelangt.
- Pro Spielerin maximal zwei Ballkontakte.
- Nach dem Aufschlag muss der Ball einmal im gegnerischen Feld aufschlagen, bevor er gespielt werden darf.
- In diesem Spiel ist die Anspiellinie auch die Grundlinie.

Quelle: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO