

Swiss-Ski Skills – Off-Snow-Training: Spielen – Schnappball 3:3 (F2)

Die Kinder nehmen in Bewegung einen Ball an und spielen ihn ab. Sie sollen Zuspiele verhindern, sich freilaufen und in der Gruppe spielen.

In Dreiergruppen den Ball so oft wie möglich zuwerfen. Die Gegner versuchen, dies zu verhindern indem sie den Ball abfangen und selber mit zupassen beginnen. Welches Team schafft mehr Zuspiele?



Knotenpunkte

- Mit dem Ball darf weder gelaufen, noch geprellt werden

Variationen

- Mannschaftsgrösse
- Alle Mitspieler müssen den Ball einmal erhalten haben, damit das Team einen Punkt bekommt

schwieriger

- 2 bis 3x 5 Min.
- 3 bis 5x 3 Min. mit je 1 min Pause (während Pause Gegner oder Spielobjekt wechseln)

Quelle: Swiss-Ski, Swiss Snowsports Association



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO