

Koordination – Orientierung: Störenfriede

In dieser Übung wird die Orientierungsfähigkeit verbessert. Die Spieler versuchen sofort zu erkennen wo, und in welche Richtung der Ball abgegeben oder abgefangen werden kann.

Zu zweit oder zu dritt frei bewegen und Pässe zuspielen. Ausgewählte Störenfriede (mit Spielabzeichen markiert) versuchen, die Zuspiele abzufangen, geben den Ball aber gleich wieder frei. Pro abgefangenen Ball muss das Zweier-/Dreier-team eine Zusatzaufgabe erfüllen.



Quelle: mobilepraxis 38/2007, Ralph Hunziker, Andreas Weber



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO