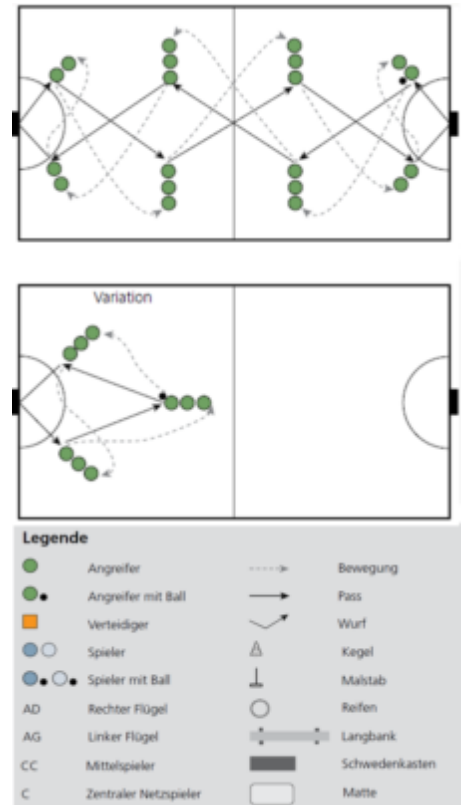


Tchoukball – Angriff – Passen: Abspielen und weg!

Alle Etappen eines Angriffs mit Wechsel des Frames tauchen in dieser Übung auf: drei Pässe, Wurf aufs Netz aus einer günstigen Position und Ball fangen.

Die Spieler auf einem Spielfeld mit zwei Frames auf acht Positionen verteilen (siehe Grafik). Nach drei Diagonalpässen spielt der letzte Spieler dem Mitspieler (steht im «Spiegel») einen Pass mit Rebound vom Netz zu, dann wieder drei Diagonalpässe usw. Die Spieler wechseln von einer Position zur andern ihren Pässen folgend.

Bemerkung: Richtungswechsel, um den Ballwurf von beiden Flügeln zu üben.



Klicken zum Vergrößern.

Variationen

- Auf einem halben Spielfeld mit einem Frame (drei Positionen, siehe Grafik 2).

schwieriger

- Mit zwei oder drei Bällen im Spiel.
- Bei jedem Pfiff die Rotationsrichtung wechseln.

Material: Zwei Frames (Variation: ein Frame), ein Ball (1. Schwieriger-Variation: zwei bis drei Bälle)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO