

Wasserball – Torwarttechniken: Bereitschaftstellung

Der Torwart nimmt die Bereitschaftstellung ein, wenn er unmittelbar einen Torschuss erwartet.

In der Bereitschaftsstellung erhöht sich die Bein- und Armarbeit so, dass der Torwart mit den Schultern aus dem Wasser ragt. Die hohe Körperlage ermöglicht ihm, das Spielgeschehen vor dem Tor besser zu beobachten und signalisiert dem Gegner gleichzeitig die Bereitschaft zur Abwehr.

Quelle: Benjamin Redder, Sirko Roehl, Heinz Weber, Martin Weissleder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO