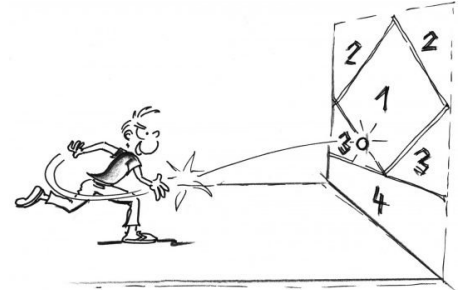


One Wall Ball: Ziel-«Wallball»

Bei dieser Spielform ist Flugbahnkontrolle und Präzision gefragt. Sie kann kooperativ oder kompetitiv durchgeführt werden.

Auf der Zone an der Wand sind verschiedene Zielzonen eingezeichnet. Trifft eine Person in eine solche Zielzone, erhält sie entsprechend Punkte. Verschieden grosse Zielzonen ergeben unterschiedliche viele Punkte.

Welches Paar erreicht in einer gewissen Zeit am meisten Punkte (kooperativ)? Wer sammelt in einem Duell gegen eine andere Person mehr Punkte (kompetitiv)?



Variationen

- im Spielfeld verschiedene Zielzonen einzeichnen.
- Passierball-«Wall-Ball»: Zielzonen entlang der Seitenlinien (nur hinter der Aufschlaglinie) einzeichnen. Fällt der Ball in diese Zone ist dies im Spiel ein taktisch gut gespielter Passierball.

Einfacher

- Zielzonen vergrössern
- Ball darf mehrmals aufspringen

Schwieriger

- Zielzonen verkleinern
- auch oder nur mit der schwächeren Hand spielen
- Ball direkt aus der Luft («volley») spielen

Material: Tennisball, Kreide/Klebeband für Zielzonen

Quelle: Thomas Richard, Gabriel Schelble, Bundesamt für Sport BASPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO