

Baseball: Ein-Zonenball

In diesem kleinen Übungs-Spiel mit zwei Teams liegt der Fokus auf dem Fangen mit dem Fanghandschuh und dem schnellen Passspiel.

Es spielen zwei Mannschaften mit je drei bis fünf Spieler gegeneinander. In der Mitte des Spielfeldes ist eine Zone (2×2m) abgegrenzt. Die Spieler der Ball besitzenden Mannschaft versuchen, einen Mitspieler in der Zone mittels Bodenpass anzuspielen. Es darf sich immer nur eine Person in der abgegrenzten Zone aufhalten. War der Fänger erfolgreich, muss dieser ausgewechselt werden. Für das verteidigende Team ist die Zone gesperrt. Mit dem Ball darf man sich nicht fortbewegen. Sternschritte sind erlaubt.



Bemerkung: Das Spiel eignet sich auch gut als Aufwärmspiel.

Variationen

- Nur Doppelpässe geben Punkte.
- Es wird auf vier Zonen in den Ecken des Spielfeldes gespielt.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO