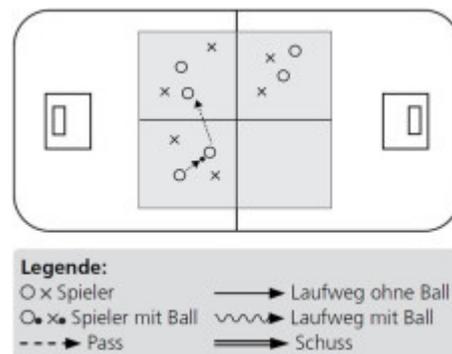


Unihockey Grossfeld – Warmup: 4-Feld-Schnappball

In dieser Wettkampfform wird das Schema «Angreifen und Verteidigen» nachgestellt. Die Spieler laufen sich frei, folgen den Spielverlagerungen und spielen präzise zusammen.

Das Spielfeld wird in 4 Felder aufgeteilt. In drei von ihnen befinden sich immer zwei 2er-Teams. Das ballbesitzende 2er-Team versucht in ein anderes Feld zum Paar des gleichen Teams zu passen. Gelingt ihm das, erhält es einen Punkt und alle 4 Spieler (Angreifer und Verteidiger) müssen sich ins freie Feld verschieben.



Variationen

- Ohne freies Feld und verschieben spielen.
- Diagonale Feldverschiebungen sind nicht erlaubt.
- Mit 6 Feldern und 2 Bällen spielen.
- In jedem Feld hat es nur einen Spieler.

Bemerkungen

- Spielfeldgrösse und Anzahl Spieler dem Niveau anpassen.
- Lösen und freilaufen vom Gegner thematisieren.

Material: Markierungen zur Spielfeldbegrenzung

Quelle: [swiss unihockey](http://swissunihockey.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO