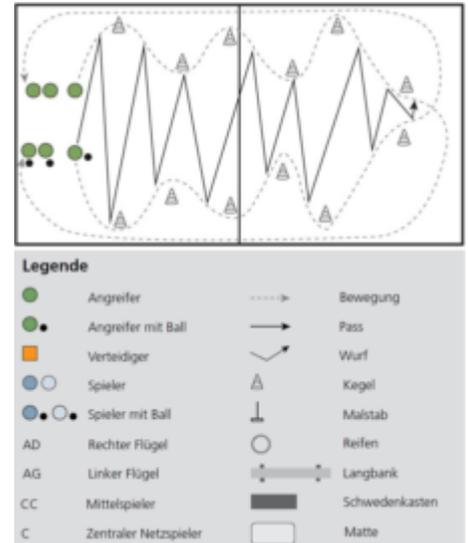


# Tchoukball – Angriff – Passen: Differenzieren

Unterschiedlich lange Pässe aus der Bewegung heraus spielen: Das ist das Ziel dieser Übung.

Auf einem Spielfeld Paare bilden. Die Spieler laufen auf beiden Seiten des Spielfelds von einem Markierkegel zum nächsten und spielen sich dabei Pässe zu (mindestens zwei bis drei Pässe zwischen zwei Markierkegeln). Sie laufen schliesslich auf die andere Seite des Spielfelds zurück und wechseln die Kolonne.



Klicken zum Vergrössern.

## Variationen

### einfacher

- Die beiden Spieler bewegen sich vorwärts und spielen einander in fixer Distanz Pässe zu. Distanz zwischen den Spielern von einem Durchgang zum nächsten variieren.

### schwieriger

- Beim Passieren eines Markierkegels jeweils die Hand wechseln und einmal mit der starken, einmal mit der schwächeren Hand spielen.

**Material:** Ein Ball pro Spielerpaar, mehrere Markierkegel

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**