

Beachvolleyball: Imaginäres Beachen

Ohne Ball werden in dieser Übung die spezifischen Bewegungen fürs Beachvolleyball durchgeführt. Die Schüler gewöhnen sich dabei ans Feld und führen die Bewegungen erleichtert – nämlich ohne Ball – durch.

Die Schüler bewegen sich ohne Ball mit beachvolleyball- spezifischen Bewegungen im Feld und zeigen typische Verhaltensweisen wie das Aufschlagen (Stand oder Sprung), Ballabnehmen in verschiedenen Varianten, ans Netz laufen, blocken, angreifen, etc.



Quelle: mobilepraxis 20/2006 Max Meier, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO