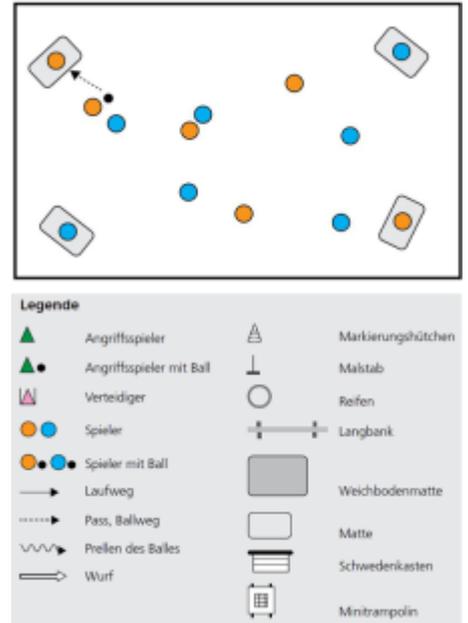


Korbball – Passen und Dribbling: 4-Königsball

Bei dieser Übung stehen sowohl das Zusammenspiel als auch das Freilaufen im Vordergrund.

Vier Matten begrenzen das Feld an jeder Ecke. Auf jeder Matte steht ein König, diagonal stehen sich die Könige derselben Mannschaft gegenüber. Die Mannschaft versucht, einer ihrer beiden Könige anzuspielen. Das Gegenteam versucht dies zu verhindern, um ihrerseits einen ihrer Könige anzuspielen. Welches Team schafft am meisten Pässe?



Variationen

- Anstelle von Matten Langbänke nehmen: Jeder Spieler kann König sein, wenn er auf der Langbank steht.

einfacher

- Die vier Könige sind neutral und dürfen von allen angespielt werden.

schwieriger

- Der Pass zum König muss via Bodenpass erfolgen.
- Der Pass zum König zählt nur, wenn er als Doppelpass mit dem Zuspieler erfolgt.

Material: Vier Matten oder Langbänke

Quelle: Saskia Zubler, Sportlehrerin und J+S-Expertin Korbball



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO