

Handball: Werfen

Es ist nicht immer einfach eine Verteidigung zu überwinden, um danach zum Abschluss zu kommen. Der Sprungwurf wird in dieser Lektion besonders intensiv geübt. Er eröffnet den Angreifern völlig neue Dimensionen im Spiel.

[Lektion «Werfen» \(pdf\)](#)



Quelle: Mattes, D. (2012). Schulhandball. Bern: SHV Schweizerischer Handballverband.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO