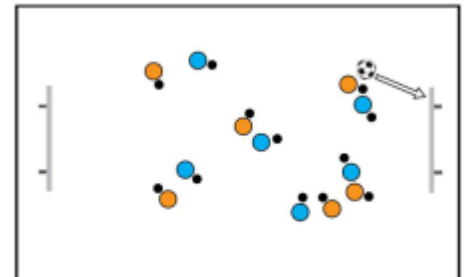


Korbball – Passen und Dribbling: Fussball-Basket

Diese Übung schult die Koordination mit zwei Bällen sowie das Dribbeln. Die Spielenden schauen dabei den Ball nicht an.

Zwei Teams spielen gegeneinander einen Fussballmatch auf Langbänke. Allerdings hat jeder Spieler zusätzlich noch einen Ball, den er prellt. Man darf den Fussball nur dann spielen, wenn man seinen Ball kontrolliert dribbeln kann.

Bemerkung: Softfussbälle eignen sich am besten, da normale Fussbälle schwierig zu kontrollieren sind.



Legende			
	Angriffsspieler		Markierungshütchen
	Angriffsspieler mit Ball		Maßstab
	Verteidiger		Reifen
	Spieler		Langbank
	Spieler mit Ball		Weichbodenmatte
	Laufweg		Matte
	Pass, Ballweg		Schwedenkasten
	Prellen des Balles		Minitrampolin
	Wurf		

Material: Fussball oder Softfussball, Tore (Langbänke)

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

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO