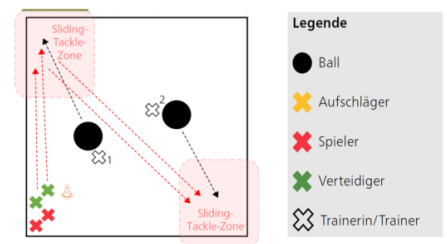


Kin-Ball – Sliding Tackle: Zickzack

Während dieser Übung trainieren die Spielenden die Sliding-Tackle-Technik am Spielfeldrand und verbessern ihre Laufwege.

Verteidigungstaktik: Sliding Tackle üben, Sliding-Tackle-Technik verbessern, Ballkontrolle beim Sliding Tackle an den Spielfeldgrenzen verbessern, Sliding-Tackle-Technik am Spielfeldrand entwickeln, Übergang Sliding Tackle / Laufen verbessern

Zwei Trainer stellen sich wie auf der Zeichnung dargestellt auf. Der erste wirft den Ball in die Sliding-Tackle-Zone. Aus einer der Spielfeldecken rennen die zwei ersten Spieler los und versuchen, den Ball mit einem Sliding Tackle abzunehmen. Sie spielen den Ball dem ersten Trainer zurück und laufen in Richtung der zweiten Sliding-Tackle-Zone, in die der zweite Trainer seinen Ball geworfen hat. Dann kommen die zwei nächsten Spieler an die Reihe usw.



Bemerkung: Mit dieser Übung lassen sich mehrere verschiedene Sliding-Tackle-Situationen und -Techniken einüben.

Material: Markierkegel

Quelle: Patrick Brulhart, Johan Goeri, Zoe Marci, Daniel de Martini, Marc-André Morin (Fédération suisse de Kin-Ball)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO