

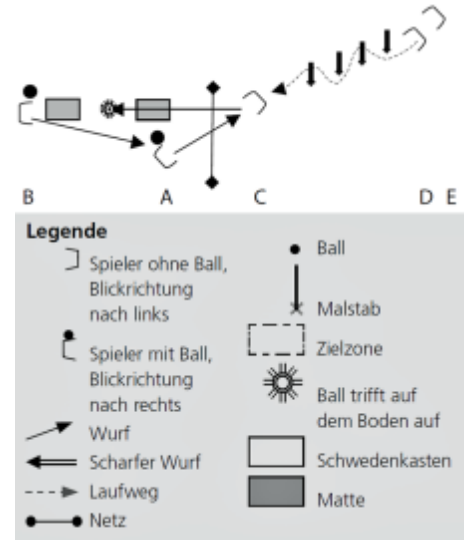
# Netzball – Zielgenauigkeit: In Lücken spielen

Den Ball gezielt ins «Nichts» zu spielen, stellt eine zusätzliche Anforderung dar. Eine Übung für die Treffsicherheit.

## 5 Spielende, 2 Bälle

Die Matten werden in einem Abstand von 3 m hintereinander ausgelegt. A und B haben beide einen Ball, im andern Feld bilden die restlichen Spieler eine Kolonne hinter dem Malstab-Slalom.

- C läuft im Slalom um die Malstäbe in Richtung Netz.
- Ist C beim zweitletzten Malstab angekommen, wirft A den Ball (und erhält anschliessend von B den nächsten Ball).
- C fängt und wirft in die Lücke zwischen den beiden Matten, B holt diesen Ball.



## Variationen

### schwieriger

Die Matten werden nebeneinander ausgelegt.

Auf einer der Matten steht ein Spieler. Wenn dieser den Ball fangen kann ohne die Matte zu verlassen, gibt es für C eine Zusatzaufgabe (1 Runde ums Spielfeld, 5 Liegestütz).

Tempo erhöhen (A wirft den Ball früher).

**Material:** 2 Matten, 4 Malstäbe

Quelle: Barbara Seiler, Turn- und Sportlehrerin, esa-Expertin Ballspiele, J+S-Expertin Turnen