

Donut Hockey – Passing: Spalentor Game

Die Spielenden wenden verschiedene Passarten an, üben Pass und Receive in der Bewegung und versuchen den Überblick in unterschiedlichen Spielsituationen zu behalten.



Es wird 4 gegen 4 mit fliegenden Wechseln gespielt. Das angreifende Team versucht, den Donut in den eigenen Reihen zu halten und mittels Pässen, durch die gegrätschten Beine eines Mitspielers, Punkte zu sammeln. Regel: Der Spieler, der die Grätsche stellt, muss zum Zeitpunkt des Passes beide Füße am Boden haben. Derselbe Spieler darf nur 3 Sekunden in der Grätsche verharren, danach muss er sich wieder freilaufen.

Lernziele

- Verschiedene Passarten anwenden
- Pass und Receive in der Bewegung
- Geschicktes taktisches Agieren in ständig wechselnden Überzahl-/Unterzahlkonstellationen

Material: 1 Stock pro Spieler, Spielbündel, 1 Donut

Merkpunkte Passing

- Grundposition seitwärts, linke Körperseite weist zum Receiver. Der Donut wird rückwärts gezogen, gleichzeitig wird das Körpergewicht auf den rechten Fuss verlagert.
- Dann wird der Donut nach vorne gezogen, gleichzeitig wandert das Körpergewicht auf den linken Fuss.
- Der Donut wird etwa auf der Höhe des linken Fusses losgelassen, das Stockende zeigt auf den Receiver.
- Das Gerät ist unter Kontrolle, bevor die nächste Aktion erfolgt.

Quelle: Muriel Sutter, Fachautorin und Herausgeberin Buchreihe Burner Motion, Instruktorin LWB, Dozentin DSBG Uni Basel, Sportlehrperson



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO