

Wasserball – Paddeltechniken – Beinwärtschieben: Blockübung zu zweit – Niveau Könner

Könnner machen sich an diese Übung erst dann heran, wenn sie das Blockspiel gefestigt haben.

Übung zum Blockspiel, wenn die Technik des Blockspiels gefestigt ist.

Quelle: Benjamin Redder, Robin Pleyer, Swiss Youth Waterpolo Academy, J+S Experten Swiss Waterpolo



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO