Rugby – Schlussspieler (15): Fangen des Balls in der Luft

Unter Druck ist die Ballabnahme in der Luft die beste Lösung, um sich den Ball zu sichern.

Aufgrund seiner Position auf dem Spielfeld muss der Schlussmann den Ball oft in der Luft fangen. Weil er vorwärts stürmt, hat er den Ball praktisch konstant im Visier. Dank seines Schwungs kann er hochspringen und sich zugleich mit seinem freien Bein schützen.

Gelernt wird schrittweise, mit Schwung und unter gegnerischem Druck. Dieses Bewegungsmuster setzt viel Mut voraus; entscheidend ist, den Spielern sowohl auf technischer als auch auf mentaler Ebene Sicherheit zu vermitteln, wenn sie sich daran wagen.

Quelle: Philippe Lüthi, Fachleiter J+S Rugby

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO