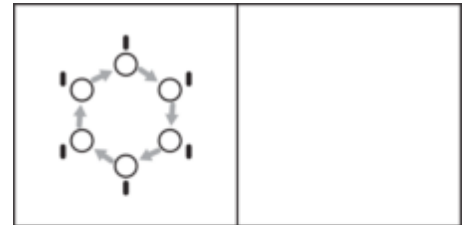


# Intercrosse im Freien – Einspielen: Stock-Fassen

Diese Übung erfordert Reaktionsschnelle und Konzentration. Wer einen Fehler macht, löst eine Laufaufgabe.

Alle Spieler halten einen Intercrosse-Stick und stellen sich in einem Kreis auf. Der Stick wird dabei senkrecht auf den Boden gestellt, Korb nach oben.

Nach dem Pfiff lassen alle Spieler ihren Stick los und versuchen den Stick des linken Spielers zu fassen. Wer keinen Stick fassen kann, läuft eine Runde.



## Legende

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| ○ Angreifer          | -----> Pass           |
| ● Angreifer mit Ball | ~~~~~> Rollender Ball |
| □ Verteidiger        | ⇒ Schuss              |
| → Spieler mit Ball   | ▲ Markierungsposten   |
| → Spieler ohne Ball  | ○ Reifen              |

Quelle: [Beatrice Hofmann-Wiggenhauser, Intercrosse Club Aquillas Basel](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**