

Wasserball – Körpertechniken: Stoppen aus dem Kraulschwimmen

Neben dem Starten ist ein effektives Stoppen und Wenden im Angriff unerlässlich, um sich auf engem Raum von seiner Gegenspielerin zu lösen.

Die Spielerin hockt die Oberschenkel an und drückt den Arm, mit welchem sie den Ball nicht führt, unter Wasser bremsend gegen die Schwimmrichtung.

Quelle: Benjamin Redder, Sirko Roehl, Heinz Weber, Martin Weissleder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO