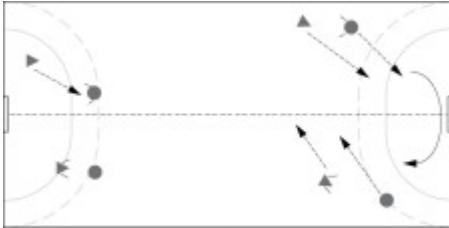


Handball – Verteidigen: Abdrängen des Angreifers

Bei dieser Übung zu zweit versucht ein Verteidiger mit ausgestreckten Armen den Angreifer auf der ganzen Länge einer Hallenhälfte nach aussen abzudrängen.



Ein Angreifer hat die Hände auf dem Rücken und versucht auf der ganzen Länge einer Hallenhälfte am verteidigenden Spieler vorbei zu kommen. Dieser steht so, dass er den angreifenden Spieler zwingt, gegen aussen (gegen die Wand) «durchzubrechen». Der Verteidiger hat die Arme ausgestreckt und hält den Angreifer auf Distanz. Nach einer Länge Rollenwechsel.

Quelle: Gautschi, R. (2006). Praxisbeilage «mobile» 22/2006: Handball. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO