Handball – Werfen: Kastenball

Eine Übung für die Treffsicherheit. Bei diesem Spiel mit Schwedenkasten als Tore wird die Wurfpräzision erhöht. Nach jedem Treffer wird ein Element des Kastens abgebaut.

Zwei Mannschaften spielen gegeneinander. Statt eines Tores hat jedes Team einen Schwedenkasten auf der Grundlinie. Wird der Kasten von vorne getroffen, muss ein Element weggenommen werden. Welches Team hat den Kasten zuerst abgebaut?

Variationen

- Jedes Team hat zwei Schwedenkästen

einfacher

- Ohne Kastenabbau möglich.

schwieriger

- Nur aufgesetzte Würfe zählen.
- Nur direkte Würfe zählen (Ball darf den Boden nicht berühren)

Material: Schwedenkasten

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