

# Volleyball – Technik: Fallen/Hechten

Mit den Verteidigungstechniken Fallen und Hechten werden weiter vom Verteidiger entfernte Angriffsbälle verteidigt und hoch in die eigene Feldmitte gespielt.

Variante 1

Variante 2

## Anwendungsbereich und Absicht

1. Den Ball im Spiel halten, um einen Wiederaufbau zu lancieren
2. Dem Zuspieler Raum und Zeit geben
3. Dem Zuspieler alle Möglichkeiten geben

## Individualtaktik

- Ausgangsposition in Abhängigkeit des eigenen Blockspielers wählen
- Die Verteidigungstechnik wählen, die den grössten Erfolg verspricht

**Bemerkung:** Je nach Fertigkeiten und Leistungsniveau kann die Priorisierung der Absichten unterschiedlich sein.

---

Quelle: Foerster, M. (2016). Volleyball: Spielen. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**