

# Volleyball – Technik: Manchette als Zuspiel

Mit der Manchette als Zuspiel wird der Ball mit zusammengehaltenen, fixierten Händen bzw. Unterarmen zu einem definierten Zielort gespielt.

1. Video: Beachvolleyball

2. Video: Volleyball

## Anwendungsbereich und Absicht

1. Der Angreiferin erlauben, sich zum Ball und zum gegnerischen Feld hin auszurichten
2. Der Angreiferin alle Winkel bzw. Richtungen ermöglichen

## Individuallaktik

- Früh erkennen, woher und wie (Höhe, Tempo) der Ball kommt
- Risiko eines technischen Fehlers vermeiden

**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**