

Volleyball – Technik: Sprungpass (oberes Zuspiel im Sprung)

Mit dem Sprungpass wird der Ball im Sprung über dem Kopf mit beiden Händen vorwärts oder rückwärts an einen definierten Zielort gespielt.

1. Video: Sprungpass vorwärts

2. Video: Sprungpass rückwärts

Anwendungsbereich und Absicht

1. Dem Angreifer erlauben, sich zum Ball und zum gegnerischen Feld auszurichten
2. Dem Angreifer alle Winkel bzw. Richtungen ermöglichen
3. Den Mittelblocker des Gegners überraschen

Individuالتaktik

- Früh erkennen, woher und wie (Höhe, Tempo) der Ball kommt
- Wissen, wer die eigenen Angreifer sind

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