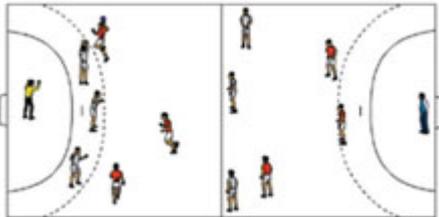


## Handball – Spielen: 2 × 3:3

Die Position jedes einzelnen Spielers wird zu Beginn dieser Übung festgelegt: zu dritt wird entweder angegriffen oder verteidigt. So können sich die Spieler jeweils voll auf eine einzelne Aufgabe konzentrieren.



Jedes Team besteht aus einem Torhüter und 6 Feldspielern. Die Feldspieler verteilen sich so, dass sich je 3 Spieler in jeder Spielfeldhälfte befinden. In jeder Hälfte befinden sich also jeweils 3 Angreifer und 3 Verteidiger.

Die Feldspieler dürfen den Ball über die Mittellinie spielen, selber ihre Hälfte aber nicht verlassen. Es entwickelt sich also jeweils ein Spiel 3:3 in einer Spielfeldhälfte.

Nach einem Abschluss auf das Tor bringt der Torhüter den Ball wieder ins Spiel, indem er einen Mitspieler in der eigenen Spielfeldhälfte anspielt. Spieler regelmässig auswechseln und auch in beiden Spielfeldhälften zum Einsatz kommen lassen.

### Variation

Je nach Spielfeldgrösse und Niveau auch als Form 2 × 4:4 spielbar.

Quelle: Egli, D., Ochsenbein, M. (2009). Praxisbeilage «mobile» 53/2006: Handball. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO