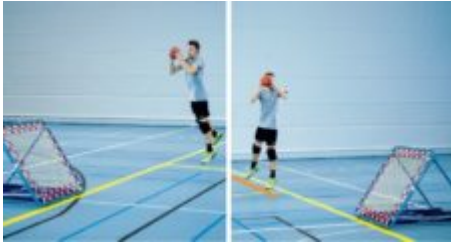


Tchoukball: Linienwurf

Beim Linienwurf dient die Schulter als Drehpunkt während der Arm eine Pendelbewegung ausführt. Der Anlauf endet nahe der Grundlinie.



Der Anlauf erfolgt parallel zu und nahe an der Grundlinie.

Bei der Wurfvorbereitung ist der Arm gestreckt oder fast gestreckt. Der Spieler führt mit dem Arm eine Pendelbewegung nach hinten aus. Die Schulter dient als Drehpunkt.



Der Sprung ist kurz und hoch.

Zu Beginn der Wurfbewegung ist der Ball über der Grundlinie.



Der Arm führt eine Pendelbewegung nach vorne aus. Die Handfläche ist dem Netz zugewandt.

Der Ball wird auf Hüfthöhe losgelassen.

Die Flugbahn des Balls folgt der Grundlinie.



Der Aufprallpunkt des Balls im Netz befindet sich in der oberen dem Spieler näheren Ecke.

Technische Unterschiede zwischen dem linken und dem rechten Flügel

Je nachdem ob der Ball von links oder rechts gespielt wird, muss der Flügelspieler seine Wurftechnik etwas anpassen um das Ziel zu treffen. Da die Flugbahn des Balles zwischen dem Loslassen des Balles und dem Netz gleich bleiben muss, werden hauptsächlich Anlaufwinkel, Arm-/Handgelenk-Bewegung und Körperposition angepasst.

Quelle: Sommer Vorpe, M. (2016). Tchoukball: Verstehen und unterrichten. Magglingen: Bundesamt für Sport BASPO.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO