

Unihockey – Passen: Positionenpassen

Die genaue Ballabgabe und die korrekte Annahme sind eng miteinander verbunden. In dieser Übung werden beide Fertigkeiten kombiniert. Das genaue Passen auf die Vorhandseite ist eine Basisfertigkeit.



Die Schülerinnen stehen in einem grossen Rechteck um ein Unihockeytor. Vier Meter vor dem Tor steht eine fünfte Mitspielerin. Eine Ecke ist die Startecke. Dort liegen alle Bälle bereit und stehen die Reservespielerinnen an. Von der Startecke spielen die Schülerinnen den Ball im Gegenuhrzeigersinn weiter. Von der letzten Ecke erfolgt das Zuspiel zur «Stürmerin» vor dem Tor mit anschliessendem Torschuss. Nach jedem Pass laufen die Spielerinnen dem Ball nach und wechseln den Standort. Die Stürmerin holt den Ball und reiht sich in die Ausgangsecke ein.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO