

Street Games – Streetball: Freestyle – Spin Move mit Handwechsel

Diese Übung kombiniert eine Drehung und einen Handwechsel hinter dem Rücken. Auch hier: Style ist gefragt!



Während des Dribblings wird eine 360°-Drehung ausgeführt, dabei wird der Ball hinter dem Rücken durchgeführt. Der Handwechsel erfolgt nach der Drehung vor dem Körper.

Quelle: [Muriel Sutter](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO