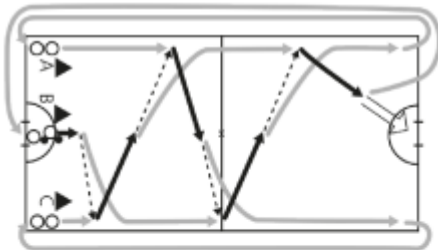


# Intercrosse – Angreifen: Wechselpositionen

Diese Übung zu dritt verlangt einen ständigen Positionswechsel der Spielenden. Sie lernen so sich auf dem Spielfeld richtig zu positionieren.



## Legende

○	Angreifer	----->	Pass
○●	Angreifer mit Ball	~~~~~>	Rollender Ball
□	Verteidiger	⇒	Schuss
→	Spieler mit Ball	▲	Markierungsposten
→	Spieler ohne Ball	○	Reifen

Angriff in Dreierteams. Ziel ist, mit mindestens vier Pässen ein Tor zu erzielen. Dabei wechseln die drei Spieler laufend ihre Positionen.

## Variationen

### schwieriger

- Zwei Verteidiger einbauen.
- Einen Torwart oder einen Schwedenkasten ins Tor stellen

**Material:** Bälle, Schläger, Markierungsposten, Tor, evtl. Schwedenkasten.

Quelle: [Beatrice Wiggenhauser, Schweizerischer Lacrosse- und Intercrosseverband](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**