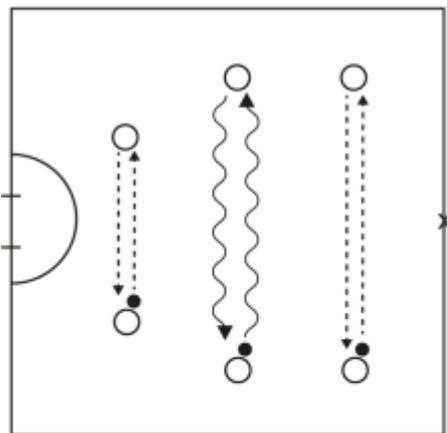


Intercrosse – Passen und fangen: Die Basis des Passens

In dieser Übung lernen die Schülerinnen und Schüler die Grundtechnik – das Passen und Fangen – von Intercrosse.



Legende

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

Zu zweit stellen sich die Schülerinnen und Schülern einander gegenüber auf. Zunächst werden normale Pässe gespielt, später dann hohe und kurze Pässe. Jüngere Schüler können den Ball am Boden hin und her rollen, bevor sie in der Luft passen.

Variation

Wurfdistanz ändern, Bodenpässe, schnelle Pässe, flache Pässe, Pässe mit der schwachen Hand spielen.

Material: Schläger, Bälle

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO