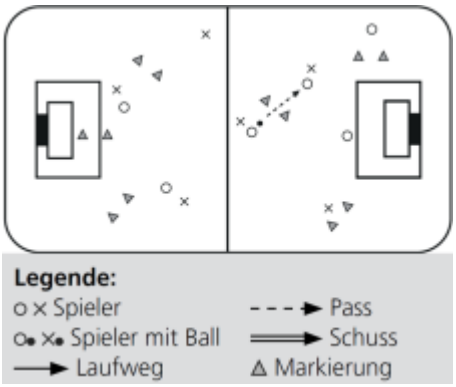
Unihockey – Spielformen: Torball (3:3/4:4/5:5)

Raumspiel und Freilaufen sind die Schlüsselpunkte dieser Übung. Mehrere im Raum verteilte Tore stehen den Teams zur Verfügung.



5-6 Malstabtore. Das ballbesitzende Team versucht, sich den Ball so oft wie möglich zwischen den Malstäben zuzuspielen. Der Ball muss jeweils hinter dem Tor von einem eigenen Teamkollegen angenommen werden. Erobert die gegnerische Mannschaft den Ball, kann sie versuchen, ein Tor zu erzielen.

Variationen

- Rund um die Tore gibt es eine Zone, die nicht betreten werden darf.
- Lebende Tore: Zwei Spieler bilden ein Tor, indem sie einen Stock gemeinsam halten.

Material: Malstäbe

Quelle: Reto Balmer, Trainerausbildung swiss unihockey

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO