

# Unihockey: Circuit Unihockey-Spass

Diese Circuit-Form eignet sich hervorragend, um Kindern das Unihockey spielerisch näher zu bringen. Mit dieser Auswahl an Übungen erfahren und erleben die Kinder, was man mit Stock und Ball alles machen kann.

Immer in Zweiergruppen die Kinder zwei Minuten pro Posten üben lassen. 30 Sekunden Wechselzeit einberechnen. Die Posten können beliebig miteinander kombiniert oder ausgetauscht werden.

[Circuit: Postenblätter Unihockey-Spass](#) (pdf)

---

Quelle: [Reto Balmer, Trainerausbildung swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**