Unihockey – Passen: Sternpassen

Ein gut dosierter Pass trägt zum Erfolg einer Aktion bei. Diese Übung verlangt von den Kindern, dass sie einen präzisen Pass spielen und annehmen können.

Kinder stellen sich in Kleingruppen (4–6 Spieler) im Kreis auf. Ein Spieler ist in der Mitte und hat einen Ball. Er spielt nun der Reihe nach die Aussenspieler an und erhält gleich wieder einen Rückpass.

Variationen

- Reihenfolge ist nicht vorgegeben, sie kann vom Spieler selber festgelegt werden.
- Als Wettkampf.
- Nur Direktpässe, ohne Kontrolle.
- Auf Pfiff Richtungswechsel.

Quelle: Reto Balmer, Trainerausbildung swiss unihockey

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO