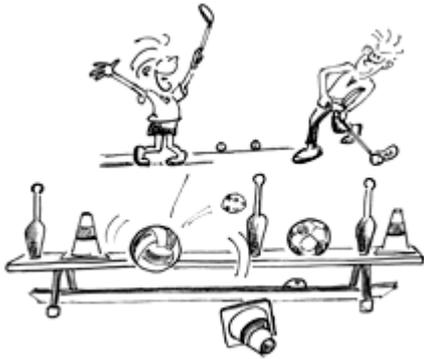


Unihockey – Schiessen: Lunapark

Während dieser Übung versuchen die Kinder unterschiedliche Ziele zu treffen, die auf einer Unterlage platziert sind. Sie müssen eine gute Mischung von Kraft und Präzision finden.



Gruppen versuchen verschiedene Elemente (Volleybälle, Keulen, Hütchen etc.) mit gezielten Schüssen von ihren Langbänken abzuwerfen.

Variationen

- Langbänke weglassen, Elemente stehen am Boden.
- Langbänke stehen vor einer Wand, so dass nicht ins gegnerische Feld geschossen wird.
- Man hat nur eine gewisse Anzahl Schüsse zur Verfügung.
- Schussarten vorgeben..

Material: Langbänke, Zielobjekte (Volleybälle, Keulen, Hütchen etc.)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO