

Unihockey – Spielformen: Schwedenkastenabbau

Während dieser Übung sind eine gute Ballzirkulation und Zielgenauigkeit gefragt. Der Schwierigkeitsgrad steigert sich allmählich.



Zwei Schwedenkasten fungieren als Tore. Wenn eine Gruppe ein Tor erzielt hat, darf sie ein Kastenelement des Gegners wegnehmen, so dass das Tor kleiner wird. Gewonnen hat die Gruppe, die ein Tor auf das letzte Kastenelement schießt.

Variationen

- Verschiedene Schussarten fordern.
- Direkte Abschlüsse fordern..

Material:Schwedenkasten

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO