

Unihockey: Circuit Schiessen

Damit Kinder möglichst viele Abschlüsse üben können, eignet sich für das Schusstraining die Circuit-Methode. Ziel muss sein, dass alle Kinder lernen, den Ball auf verschiedene Arten zielgerichtet zu beschleunigen. Sechs Übungen zur Auswahl.



Circuit: [Schiessen](#) (pdf)

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO