Unihockey – Passen: À la carte

Die Fähigkeit zum präzisen Passspiel muss aufgebaut werden. In dieser Übung führen die Kinder zunächst einfache Aufgaben aus, die sich nach und nach steigern.

Zwei Kinder stehen einander gegenüber und passen sich den Ball zu. Die Grundtechnik kann so sehr gut eingeübt werden. Später sollen die Kinder vor allem Pässe in und aus der Bewegung spielen.

Variationen

- Abstand vergrössern/verringern.
- Flip (halbhoch).
- Ballannahme mit verschiedenen Körperteilen.
- Nach der Ballannahme ein Kunststück machen (z.B. Ball mit dem Fuss spielen, Pirouette etc.).
- Vorhand/Rückhand.

Quelle: Reto Balmer, Trainerausbildung swiss unihockey

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO