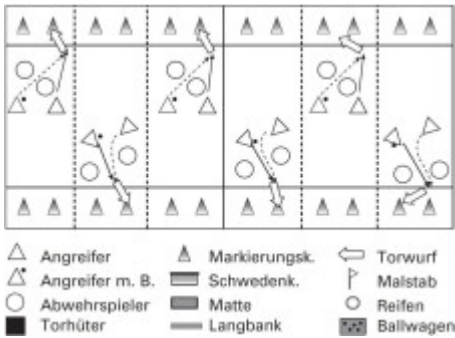


# Handball – Werfen: Kegelball

Diese Übung ohne Torhüter begünstigt ein schnelles Spiel und gewährleistet zahlreiche Torschuss-Möglichkeiten. Die Spieler müssen ständig in Bewegung bleiben.



Zweierteams bilden. Team A versucht einen Kegel oder Markierungshut des Teams B umzuwerfen, ohne den Torraum zu betreten. Team B versucht dies zu verhindern und seinerseits einen Treffer bei Team A zu erzielen. (6 Felder bilden, je 3 pro Hallenhälfte).

## Variationen

### einfacher

- Torraum verkleinern.

### schwieriger

- Wurf erst nach Doppelpass gültig (dieser muss in der Angriffshälfte erfolgen).

**Material:** Kegel (oder Markierungshüte, Medizinbälle), Bodenmarkierungen (Bänder, Springseile)

Quelle: Mattes, D. (2012). Schulhandball. Bern: SHV Schweizerischer Handballverband.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**