

Sport und Handicap – Kompensation: Superball

Ein mit Luftballons randvoll gefüllter Müllsack ersetzt den Volleyball. Spielmaterial, Partnerhilfen und spezielle Geräte kompensieren die eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten.



Superball ist eine Spielvariante des Volleyballs. Durch seine Langsamkeit und Grösse kann der «Müllsackball» mit den Augen gut verfolgt und einfach gespielt werden. Beim Anspiel wird der Ball erst nach einem Zuspiel in der eigenen Mannschaft über das Netz gespielt. Im Spiel muss der Ball spätestens nach vier Berührungen in der eigenen Mannschaft über das Netz gespielt werden.

Variation

- Der Ball darf auch mit den Füßen und dem Kopf gespielt werden. Vorsicht bei hohem Fuss und Rollstuhlfahrerinnen!

Material: Müllsack (110 L), Luftballons, Volleyballnetz/Leine

Quelle: Stefan Häusermann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO