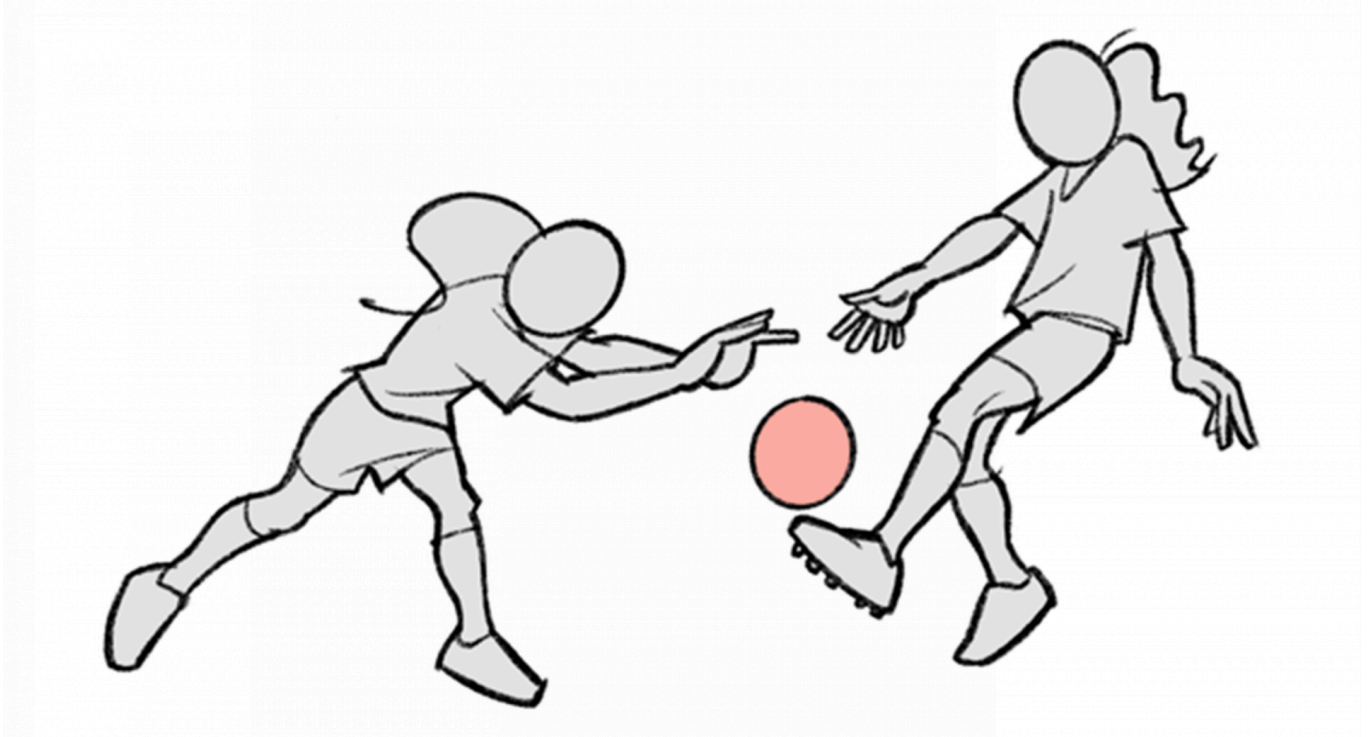


Gaelic Football – Die Skills: Block Down

Der Block Down ist eine Abwehrtechnik (Block), um einen Schussversuch (Score oder Goal) oder einen Passversuch zu unterbinden.



Nahе beim Gegenspieler stehen. Sich von der Seite annähern. Sobald der Gegenspieler versucht, den Ball zu spielen (kicken), sich mit den Händen nahe beisammen vorwärts strecken. Den Blick auf den Ball richten und in dem Moment blocken, in dem ihn der Gegner mit dem Fuss spielt. Danach versuchen, in Ballbesitz zu gelangen.

Typische Fehlerbilder

- Wegdrehen vom Ball (Angst vor Kontakt)
- Verfehlen des Balles (Timing, zu weit weg oder die Arme zu weit auseinander)
- Geschlossene Augen beim Blockversuch

Mehr dazu

- [Der Block Down](#) (pdf, auf Englisch)
- [Video](#)

Quelle: Tobias Graf, Sportlehrperson an der Allg. Gewerbeschule Basel, Dozent PH FHNW



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO