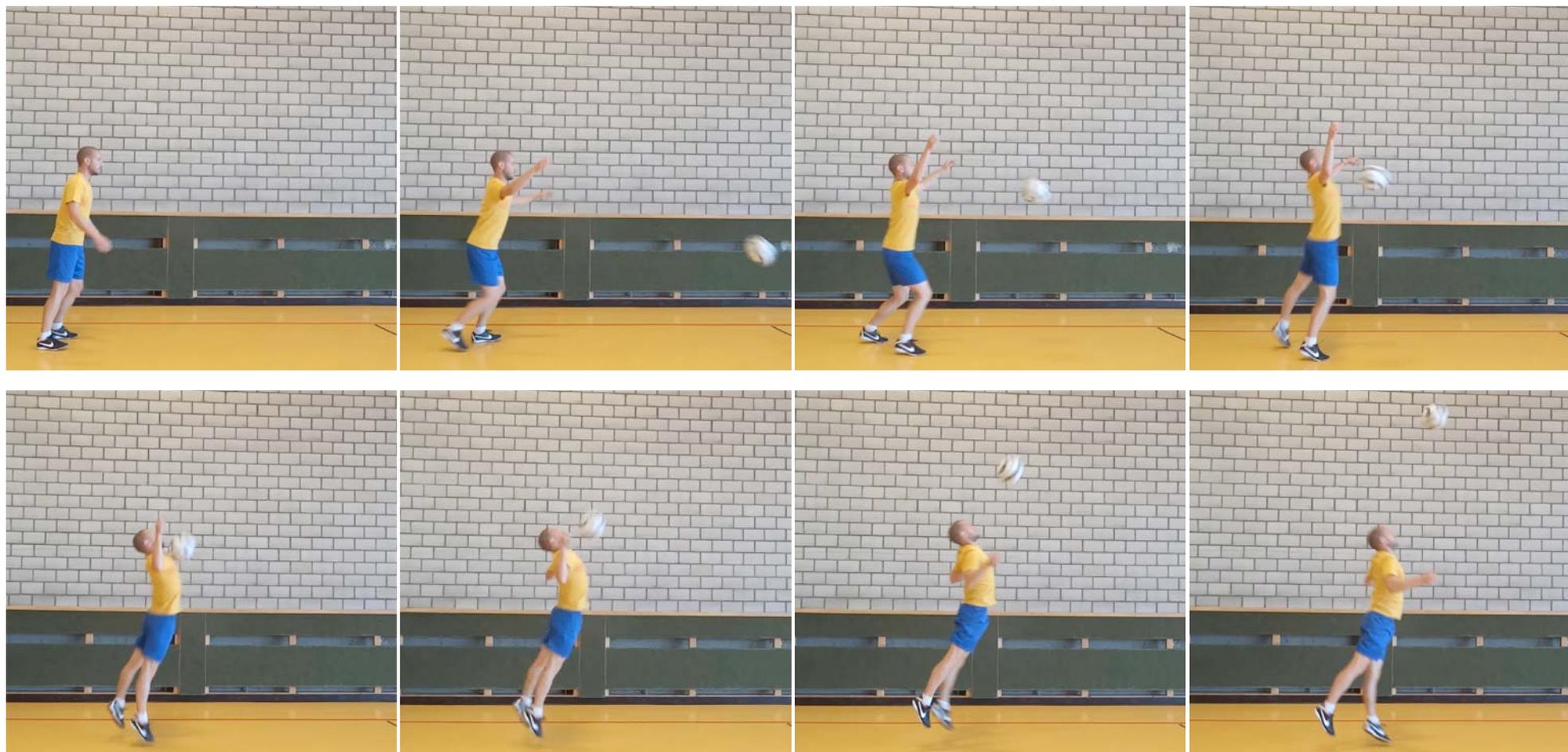


Ballabnahme mit der Brust



Wie der Kopfball erlaubt auch die Ballabnahme mit der Brust, den Ball nach oben und nach vorne zu schiessen. Das Gelingen der Bewegung hängt vom richtigen Lesen eines Rebounds ab. Der Spieler bringt sich dem Ball gegenüber in Position, geht leicht in die Knie, bewegt sich nach vorn und drückt gleichzeitig die Brust nach oben, um den Ball in die Höhe und nach vorn zu bewegen. Im Tripel und Doppel wird der Ball mit der Brust abgenommen, um ihn nach vorn zu spielen. Im Einzel kann der Spieler bei der Brustabnahme den Ball hoch und in Netznähe spielen und ihn dann abschlagen, ohne dass er zu Boden fällt.