

Verteidigung mit Tomahawk



Der Tomahawk ist eine Verteidigungstechnik, bei welcher der Ball beidhändig über Kopf mit ineinandergelegten Handflächen auf den Handkanten gespielt wird. Die Hände sind muschelförmig ineinandergelegt, Daumen hinten, Hammerfaust.

Verteidigung mit Tomahawk (Variation)



Den Ball mit gespannten überkreuzten Händen, Handfläche nach oben verteidigen.