Fanga Teamwork, motivierende Erwärmung in Teams

2 Spieler auf dem Feld, 2 Pflichtkontakte. Angreifer wird durch einen neunen Spieler des Teams ersetzt.

- Zwei Teams, davon 2 Spieler auf dem Feld
- Angriff aus dem Stand
- Angreiffer verlässt sofort das Feld und wird im Ballwechsel von einem Wartepieler ersetzt
- Jeder gewonnene Ballwechsel ergibt einen Punkt
- Mehrere Kurzsätze bis 7 oder 11 Punkte

Video

tags
Erwärmung, Fanga-Variation, Mobilisierung, Volleyballkompass

CSV Export

From:
https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/ - **Volleyball Trainer-Wiki**

Permanent link:
https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=01warmup:aad9pbwqhnu2u&rev=1606732747

Last update: **2025/04/17 05:39**