Die Doppelball-Challenge ... Team-Wettkampf mit Suchtpotential

Zwei Teams im Längsfeld gegeneinander. Eine Annahmespielerin A, zwei Angabespielerinnen B und C. Die beiden Angaben werden kurz hintereinander geschlagen. Der erste Ball wird gefangen, der zweite einmal aufticken lassen und dann als Bummsball zur inzwischen hinüber gerannten Angabespielerin B spielen. B stellt den Ball zu A, A wirft ihren Ball zu B, so dass beide Bälle als Angriff oder gepritscht übers Netz gespielt werden können. Dort versucht C, beide Bälle mit dem Ballwagen einzusammeln. Bedingung: Ballwagen im Feld, Spielerin außerhalb des Feldes. Werden beide Bälle gefangen, gibt es einen Punkt.

Video

tags
Erwärmung, Koordination, Challenge, 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:aafurhycrtznq&rev=1686218210

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