

Double Trouble - Challenge zur Verbesserung der geistigen Kapazitäten

Halbfeld, 2 Aufschläge auf einen Annehmer, Ball 1 wird gefangen, Ball 2 einmal ticken lassen und als Bumsball zum Stellspieler, der stellt, Ball auf Ziel schlagen. Das Ziel kann auch einfach nur übers Netz sein...

[Video](#)

tags

Erwärmung, Challenge, Koordination, 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:aakysnoc2mqyg&rev=1606732747>

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

