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=1607282227

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