

# Oberes Zuspiel

Die meisten Jugendübungen sind aus dem \*TrainerMOOC des NWVV\*, die Englisch-sprachigen von *Elevate Yourself*

1. [Vom Prellen zum Pritschen](#)
2. [Zielwerfen und Zielpritschen](#)
3. [Stationstraining Pritschen](#)

From:

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



Permanent link:

[https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=04techerw:01\\_oz](https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=04techerw:01_oz)

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