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

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