Zuspieltraining - wie du die Präzision und Fertigkeiten des Zuspielers verbesserst

Unser größtes Problem ist, dass wir die im Video gezeigten Ziele nicht haben, und die Dinger etwa 600-800€ kosten.

1. Zuspiel am Netz/1x Feldzuspiel, auf Position IV. Knotenpunkte:
   Ausrichten zur IV, Zuspiel im Sprung. Mangels Zielkorb einen Mitspieler/Helfer auf einen Kasten ans Netz stellen.
2. Zuspiel am Netz/1x Feldzuspiel, auf Position II. Knotenpunkte:
   Ausrichten mit dem Rücken zur II, Zuspiel im Sprung. Mangels Zielkorb einen Mitspieler/Helfer auf einen Kasten ans Netz stellen.
3. Zuspiel nach Abwehr/Dankeball/Hochball, Zuspiel zu II und IV. Angreifer auf gegnerischer IV, schlägt auf Abwehrspieler auf IV oder V, abgewehrter Ball wird auf die Angriffsposition gestellt. Danach kommt von der gegnerischen VI ein Dankeball, Abwehrspieler auf Z, dann von der eigenen Grundlienie ein Hochball.
4. 2xSchuss/1xRückraum Kopf, Zuspiel auf III und I. Anwurf von Helfer von V/VI, ans Netz, Ziele auf Kasten auf III und II.

Noch ein Zusatz aus den Kommentaren. Wo soll der Zuspieler nach dem Pass hinschauen?

1. Erfolgt ein Angriff durch einen eigenen Spieler, bewegt sich der Zuspieler zur Angriffssicherung (im Rahmen der Gruppentaktik, Beobachtung der Mitspieler) und richtet seinen Blick auf den gegnerischen Block (Blick zu den Händen des Gegners - nicht auf den eigenen Angreifer!).
2. Ist der Ball nicht oder schwer angreifbar wechselt der Blick zum Gegner (für taktische Anweisungen/Hilfen) und zur taktischen Bewertung des Gegenangriffs.
3. Ist der Pass übers Netz und springt der Gegner für einen Angriff (oder Block) hoch, geht der Blick zum gegnerischen Angreifer bzw. der Schulterachse/Körperstellung, während man sich selbst in eine daraus sinnvolle Abwehrposition begibt (im Rahmen der Gruppentaktik).

Video

Tags
Stellertraining, Blicksprünge, Steller-Transition, Volleyballkompass

CSV Export

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

Permanent link:
https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=05techanw:aae3vhufewnpq&rev=1607289382

Last update: **2025/04/17 05:40**