

# Ballkontrolle 8 - Easy Erwärmung und das Feldzuspiel verbessern

Pos. I und V als Feldzuspiel, Positionen II und IV als Vorlage.

Pritschen von Pos II und IV zurück in die Feldmitte, Feldzuspiel diagonal ans Netz, alle Spieler laufen ihrem Ball nach (NLÜ), Mindestens 5 Spieler.

*Erweiterung:* Bei Positionswechsel Anfersen, Hoppsalauf o.ä.

**Check:** Eigentlich nix, außer Pritschtechnik

[Video](#)

## Tags

Erwärmung, Feldzuspiel, NLÜ, 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:aafi180znkfm&rev=1607289415>

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

