

Zuspieltraining - 2 Übungen für den perfekten Pass

Übung 1, für Zuspieler:

- Start von der Position I
- Anwurf in die Feldmitte, Pass auf IV
- Anwurf ans Netz, Pass auf IV
- Anwurf in die Feldmitte, Pass auf II
- Anwurf ans Netz, Pass auf II

Organisation so, dass der andere Zuspieler auf einem Kasten steht und den Ball fängt.

Für Liberos: genauso, aber Start von Position V.

Übung 2:

- Start von Position V oder I
- Angriff übers Netz auf einen von beiden
- Zuspiel auf IV oder II
- Dankeball ins Feld, Zuspiel auf das andere Ziel

[Video](#)

Tags

Stellertraining, Feldzuspiel, Zuspiel auf II, Zuspiel auf IV, 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:aatqto-mmlnyw&rev=1607290915>

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

