

# Ballkontrolle 2 - kooperatives Einschlagen übers Netz ohne Zuspieler

Übung mit Angriff übers Netz, Jeder Spieler läuft seinem Ball hinterher. Die Abwehr ist besetzt mit IV, V und VI, Zuspieler auf II/III.

*Laufweg:*

- Warteposition hinter GL
- Abwehr VI, V, IV
- Angriff von der IV diagonal auf andere Seite
- Zuspiel von II/III
- Andere Seite Warte hinter GL

**Check:** Verhalten in der Abwehr? Antizipation der Angriffsrichtung? Antizipation der gegn. Spielsituation (Angriff/Dankeball)?

**Check:** Verhalten im Angriff? Transition IV? Angriffssicherung V?

**Check:** Verhalten beim Stellen? Für viele ungewohnt, Pritschen unter Stress

*Varianten:*

- Libero/Mittelspieler auf einer Seite fest auf V

Video

## Tags

NLÜ, spezielle Erwärmung, Angriff, 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:aay6ofrmsfgv0&rev=1606732750>

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

