

# Die beste Wettkampfspielform aller Zeiten? Wie du diesen Modus optimal ausnutzt...

## Key points:

- Psyche: Konzentrationsausdauer auf jeden einzelnen Punkt bei ständig wechselnden Anforderungen
- Physis: Dauerhafte Bewegungen und Funktionswechsel
- Handlungsschnelligkeit: Keine zeitliche Zusatzbelastung

## Regeln:

- Gewinnerseite bekommt Punkte, jedes Team kämpft für sich um eigene Punkte
- Verliererseite darf Vorrücken
  1. Aufschlag Abwehr
  2. Block
  3. Punkteseite
  4. ggf. Warte hinter Aufschlag

## Überlegungen zur Einteilung der Teams :

- Anzahl und Größe der Teams
  - Anzahl Teilnehmer, 3-5 Teams, und vorhandene Funktionen (2AA + 1MB pro Team wäre ideal)
- Exponierte Funktion/Schwepunkt
  - Stellspieler fix auf King-Seite
  - spezieller Annahmespieler fix auf King-Seite
- Satzlänge festlegen
  - Mehrere Kurzsätze?
  - Gesamtzeit?

## Video

### tags

Wettkampfform, King of Court, Belastung

[CSV Export](#)

From:

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

Permanent link:

<https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=0awk:aa82ypm1re8ni>

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

