Spielübersicht und starke Nerven - Elimination für dein Wettkampftraining

Key points:

- Psyche: Erster Angriff je Ballwechsel muss über verschiedene Position/Spieler erfolgen: Wer angegriffen hat, ist raus
- Physis: Drei Ralleys in Serie ohne Pause
- Handlungsschnelligkeit: Ball 1 als Aufschlag, Ball 2 als 1K (1-Kontakt für K2-Team), Ball 3 als 3K (3 Kontakt für K1-Team)

Ballwechsel 1: Gemäßigte Angabe durch das K2-Team (dies ist **keine** Aufschlagübung),

Ballwechsel 2: Trainer wirft von hinten auf das K2-Team, Ball muss sofort rüber gespielt werden

Ballwechsel 3: Direkter Dankeball vom Trainer auf das K1-Team

Punkte:

- 3 Ballwechsel 2P
- 2 Ballwechsel 1P
- 1 Ballwechsel 0P
- 0 Ballwechsel -1P

Video

tags
Wettkampfform, Stellspieler

CSV Export

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

Permanent link:
https://www.tvms-volleyball.de/volleywiki/doku.php?id=0awk:aawelbsovghh4

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