



VLW Duo-Fibel

Übung | Richtungspritschen | mit Netz

Material:

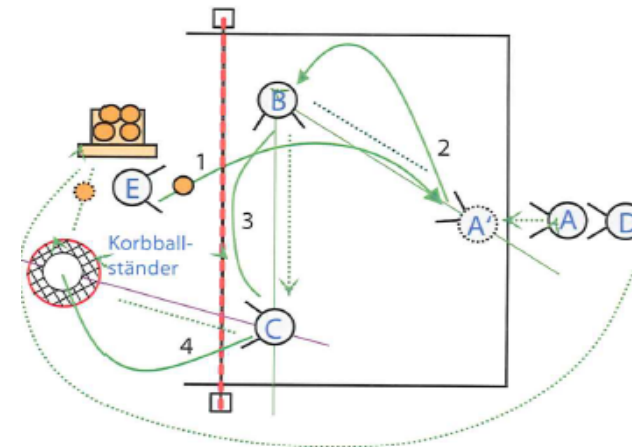
Volleyball, Netz, kleiner Kasten, Korbständern, 4-5 Spieler

Übung:

Spieler E wirft den Ball beidhändig von unten über das Netz. A läuft zum Ball und spielt diesen hoch ans Netz zu B. B spielt parallel zum Netz einen hohen Pass auf C. C versucht, in den Korbständer auf der anderen Seite des Netzes zu pritschen. Der Korbständer ist relativ hoch eingestellt.

Wechsel: Alle außer Spieler E laufen „dem Ball nach“ und rutschen so eine Position

weiter. E bleibt für ca. zehn Spielzüge fest, dann wird er ausgetauscht.



VLW Grundschulprojekt

E-Mail: grundschulprojekt@vlw-online.de

Fritz-Walter-Weg 19 | 70372 Stuttgart

Telefon: 0711/28077-675



AOK Baden-Württemberg

