



Pass - Stafette

Material und Ablauf:

Es werden 4 Hütchen und einen Handball benötigt.

Der Ball muss im Lauf angenommen werden und im Lauf weitergespielt werden. Es ist so zu Timen, dass die Ballannahme und Abgabe zwischen den Hütchen statt findet.

Es ist zu beachten, dass

- die Passqualität hoch ist.
- kein Ball im stehen angenommen oder weitergespielt wird.
- saubere und technisch korrekte Pässe gespielt wird.

Optionen:

- Sprungwurfzuspiele
- Vor dem Ball fangen eine Täuschung machen und Zuspiel im Sprungwurf (hier ist gutes Timing wichtig)
- Boden auf Zuspiele
- Zuspiel im Wurf beidhändig.

