
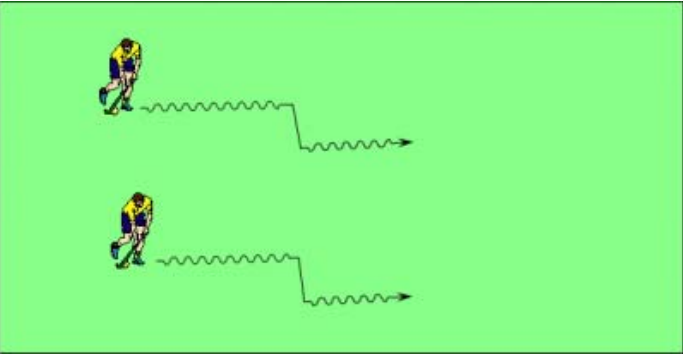


Umspielen Rückhandzieher - [943]



beide - Technik - Umspielen



Autor: Diverse

Material:
Bälle

ab Altersklasse: MD/KD
Spieleranzahl: beliebig

[Legende](#)

Organisation:

- Mehrere Spieler mit je einem Ball nebeneinander

Ablauf:

- Alle Spieler führen den Ball in der Vorhand, auf Signal des Trainers brechen die Spieler zugleich mit einem Rückhandzieher nach rechts aus.

Variationen:

- Rückhandseitführen auf Signal brechen die Spieler mit einem Vorhandzieher aus
- Alle Ballführungsarten einhändig

Hinweise:
Der Körper bleibt beim Rückhandseitführen in Laufrichtung gerichtet. Es wird weiter vorwärts und nicht seitwärts gelaufen.

