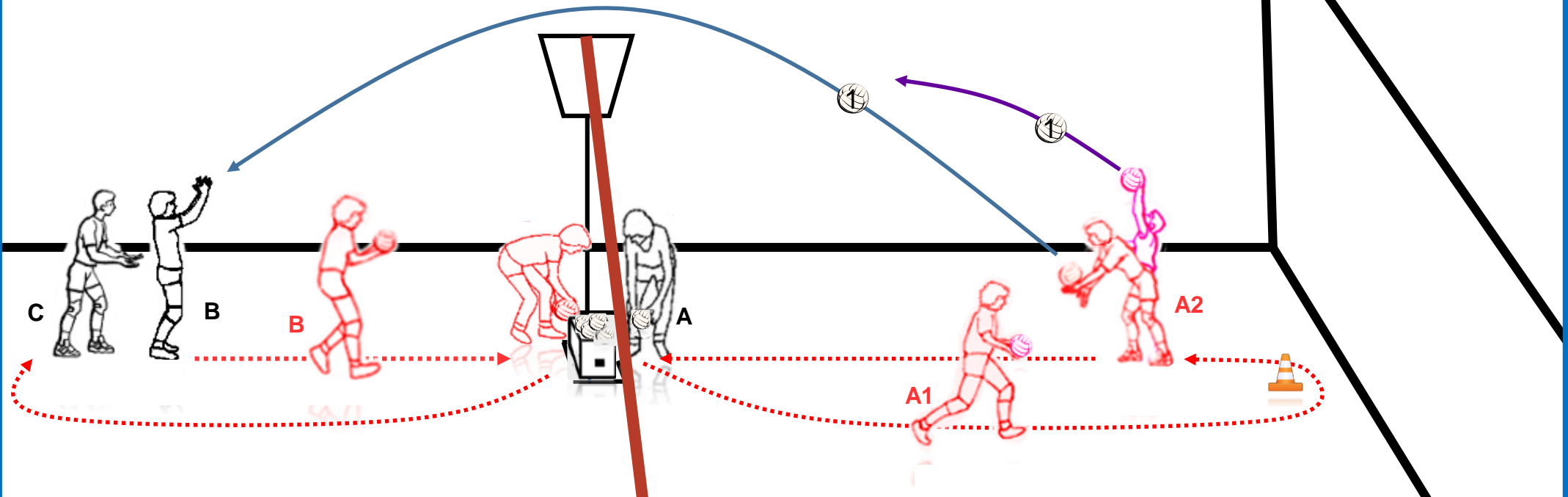




ID:1017



Baustellenband
oder Netz, etwa
2 m bis 2,5 m hoch

Material:

5 Volleybälle in einem umgedrehten kleinen Kasten, 1 Markierung

Aufgabe:

- A nimmt sich fünfmal einen Ball aus dem Kasten, **sprintet jedes Mal (A1) um das Hütchen zur Aufschlagposition (A2)**, konzentriert sich kurz, schlägt **möglichst genau auf B** auf und **sprintet zurück zum Kasten**.
- C und B fangen abwechselnd den Aufschlag und legen den Ball zurück in den Kasten. Sie **verändern** ständig ihre **Fängerposition**.

Anschließend Wechsel: A wird mit C Fänger, B wird Aufschläger
(A→B, B→C, C→A).