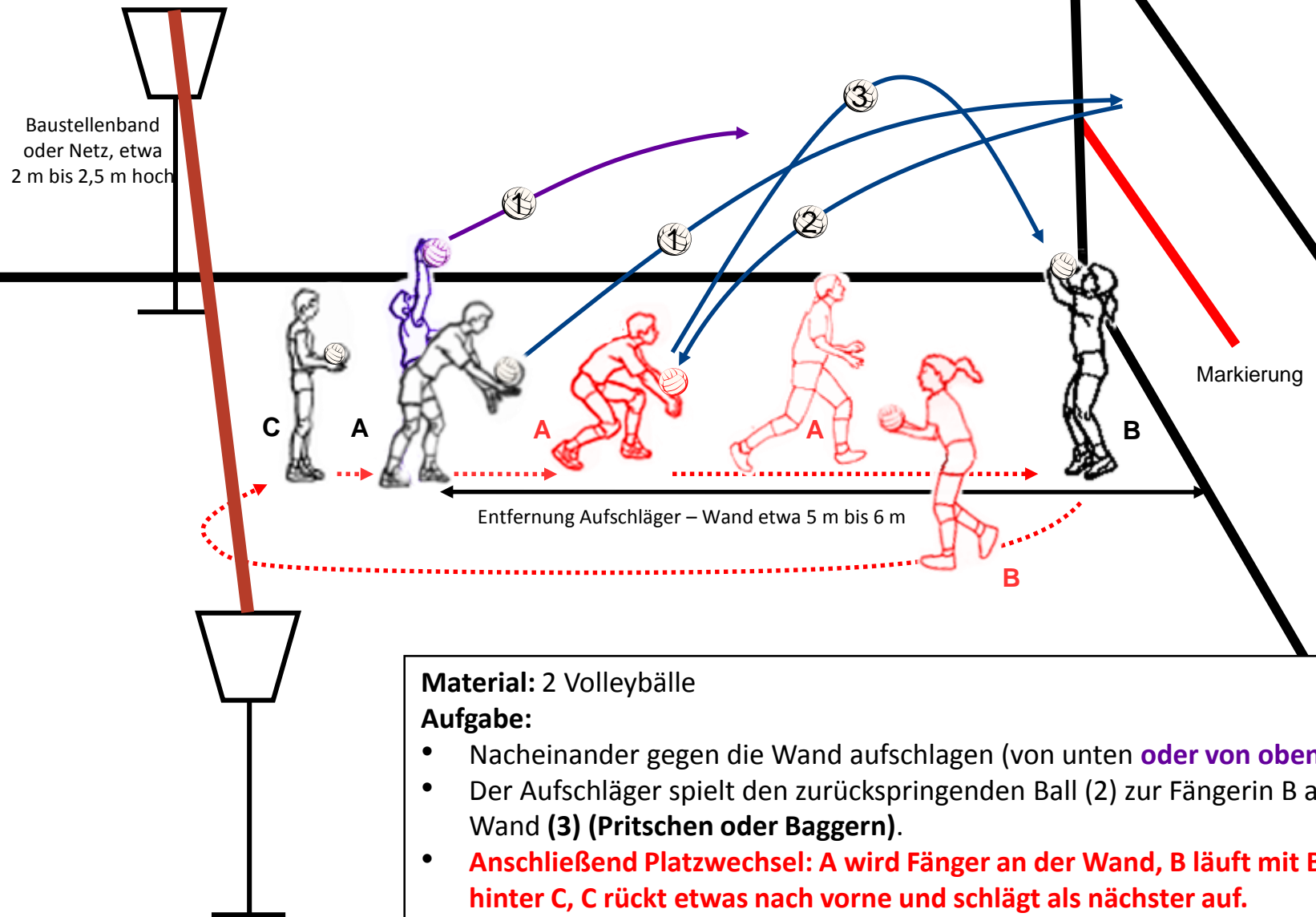




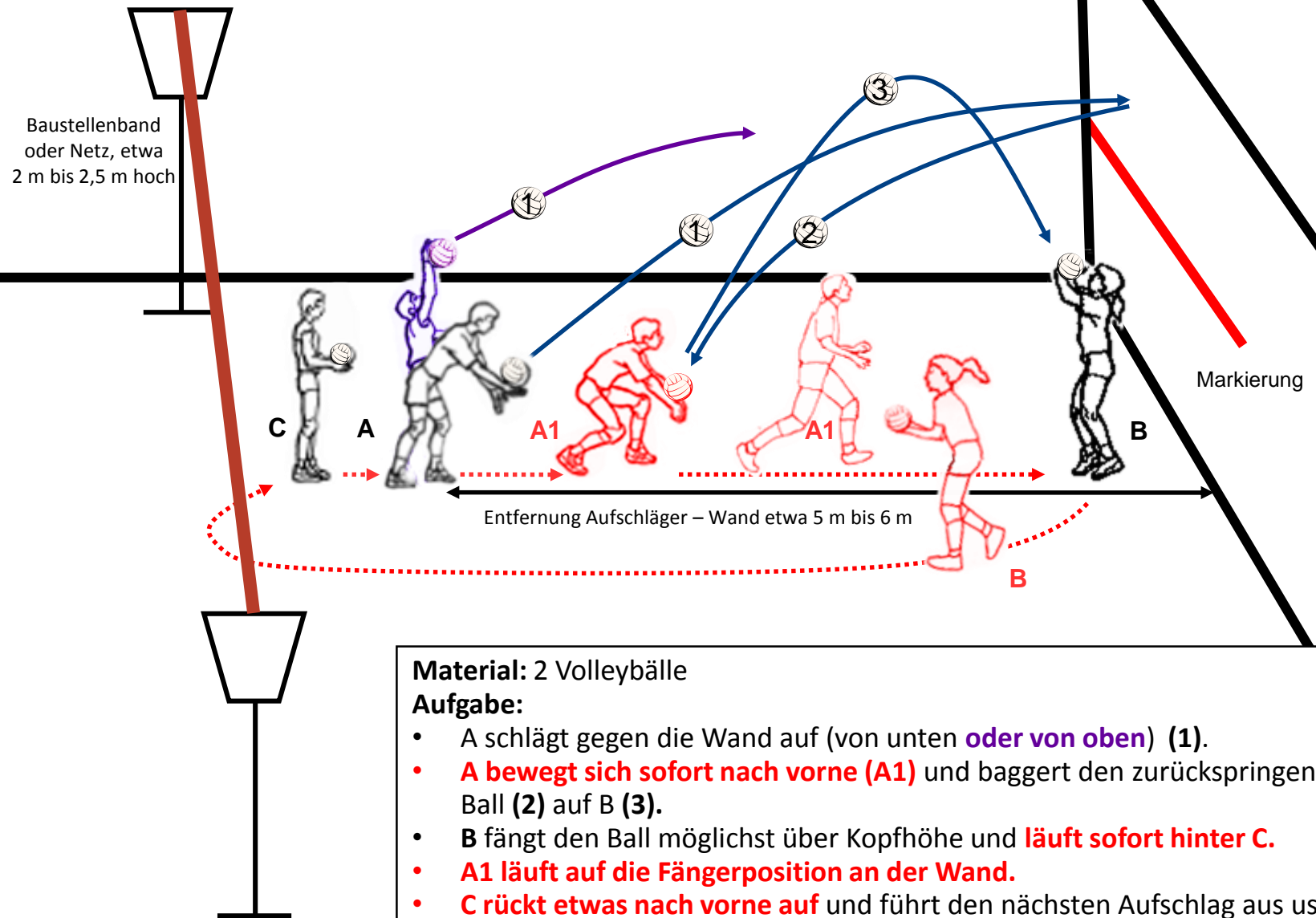
ID:1067



Wichtig: Lasst euch für den Aufschlag Zeit und konzentriert euch.



ID:1067



Material: 2 Volleybälle

Aufgabe:

- A schlägt gegen die Wand auf (von unten **oder von oben**) (1).
- **A bewegt sich sofort nach vorne (A1)** und baggert den zurückspringenden Ball (2) auf B (3).
- **B** fängt den Ball möglichst über Kopfhöhe und **läuft sofort hinter C**.
- **A1 läuft auf die Fängerposition an der Wand**.
- **C rückt etwas nach vorne auf** und führt den nächsten Aufschlag aus usw.

Wichtig: Lasst euch für den Aufschlag Zeit und konzentriert euch.