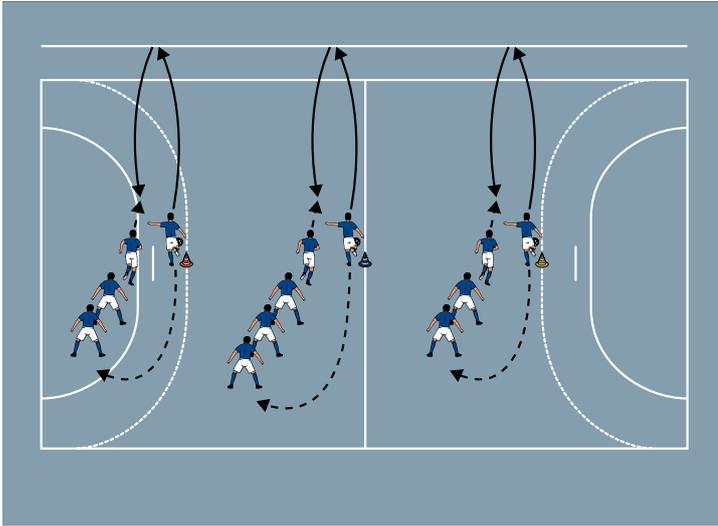


THEMA: DIE HALLENWAND ALS HILFSMITTEL



AUFWÄRMEN 2:

WAND-VOLLEY

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 3 Teams einteilen und jedes Team mit einem Ball an einem Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler starten, spielen den Ball aus der Hand per Volleyschuss gegen die Wand und stellen sich am eigenen Starthütchen wieder an.
- ▶ Der nächste Spieler fängt den Ball und spielt dann erneut einen Volleyschuss aus der Hand gegen die Wand.
- ▶ Berührt der Ball den Hallenboden, erhält das Team einen Minuspunkt.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit dem Fußspann/der Fußinnenseite volley gegen die Wand spielen.
- ▶ Nur mit rechts/links spielen.
- ▶ Den Abpraller nicht auffangen, sondern aus der Luft annehmen und volley weiterspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei steigender Teilnehmeranzahl mehr Starthütchen aufstellen.
- ▶ Die nächsten Spieler müssen aktionsbereit sein und dem Ball entgegenlaufen.