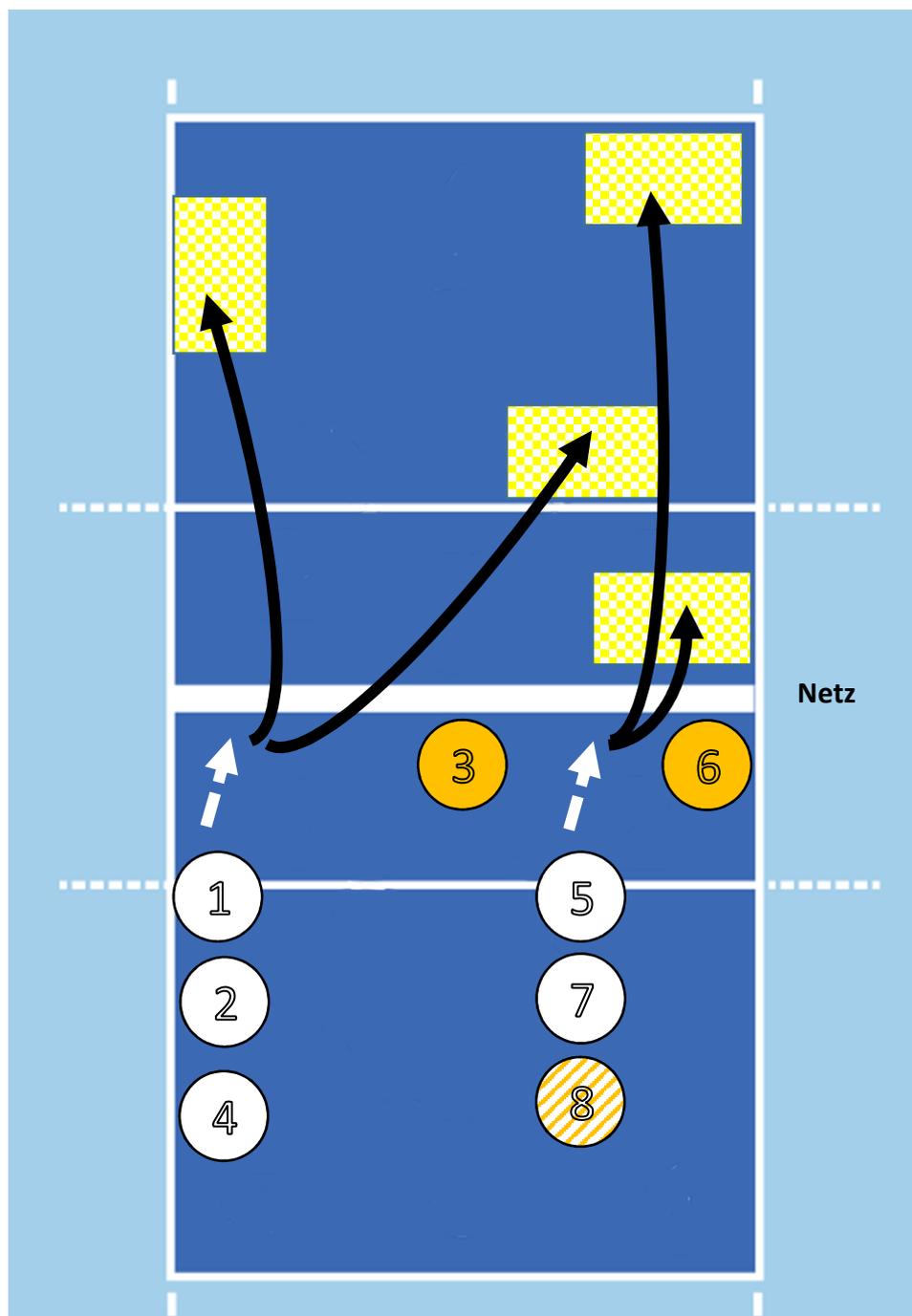


Training: Gezielter Angriff

Für dieses Spiel benötigt man mindestens 6 Spieler.

Es werden 2 Reihen gebildet, ein Angriff soll über die Position 4 erfolgen, ein Angriff über die Position 2. Die beiden Steller stellen auf Außen bzw. Kurz/Meterball auf der 2. Die Angreifer müssen versuchen, die Hindernisse (am besten sind Turnmatten) auf der anderen Seite zu treffen, entweder durch Angriff oder Loop.



Trainingsvariante 1: Steller Nr. 3 spielt entweder nur auf Außen lang oder mit Meterball.

Trainingsvariante 2: Bei ausreichend Spielern blockt je ein Spieler auf der Außenseite oder der Innenseite.