

PARTNER-VOLLEY



SPIELSITUATION: TECHNISCHE FERTIGKEITEN

LERNZIEL



- Reaktionsfähigkeit am Netz
- Sauberer Treffpunkt vor dem Körper
- Gefühlvolle Ballkontrolle im Spiel

MATERIAL



- Schläger
- Bälle

VIDEO



ÜBUNGSBESCHREIBUNG

Beschreibung & Hinweise:

- Ball wird partnerweise über das Netz hin und her gespielt
- Direkte Volleys ohne vorheriges Stoppen
- Ballwechsel möglichst lange aufrechterhalten
- Gefühlvolle Volleys ohne Ausholbewegung

Variation:

- Nur Vorhand / Nur Rückhand
- Beide Seiten
- Entfernung verändern