

Reaktions- passspiel

Posten-Nr.

Postenaufbau:

Pauschenpferd auf unterer Höhe fixieren.

Material pro 2 Tn:

- 1 (Pauschen-)Pferd
- 3 Volleybälle

Übung:

selbständiger Rollentausch



Ein Teilnehmer steht auf dem Pferd. Die Hände hat er zur Seite ausgestreckt und in den Händen hält er je einen Volleyball. Der Partner steht ca. 1-2 Meter vor ihm und wirft einen weiteren Volleyball zu. Kommt der Pass zum Kopf, so wird der Ball per Kopf zurückgepasst. Kommt der Pass zu Füßen, so wird der Ball mit dem linken oder rechten Fuss (je nach Seite des Passes) zurückgespielt. Kommt der Pass auf einen der ausgestreckten Arme, so muss der in den Händen gehaltene Ball zum Partner gepasst werden und der "neue" Ball gefangen werden. Der Passeur kann die Übung vereinfachen oder erschweren indem er dorthin schaut, wo der Pass erfolgt oder nicht.