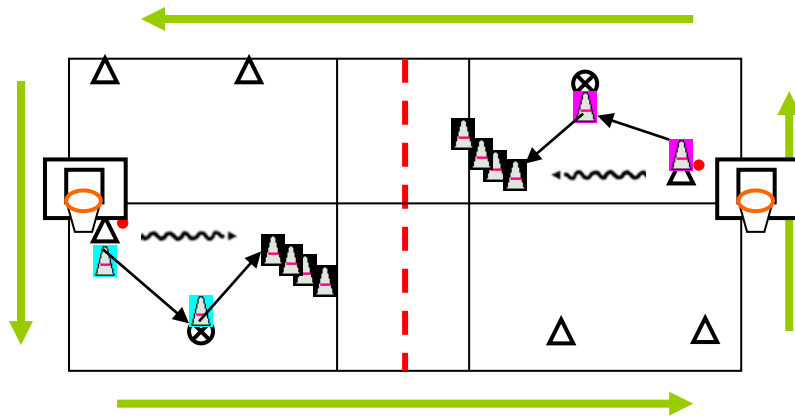


Seitliche Rückschlage - Fließbetrieb mit 2 Stationen:



TrainerInnen agieren als Werfer:

1. S/S starten bei Hüttchen violett mit Ball
2. → Pass zu TrainerIn (Hüttchen violett2)
3. → weiterlaufen bis 4x schwarz (simulierte Anlaufstufen); dort Fangen des von T/T (TrainerIn) gespielten Laufpasses
4. → Anlauf gemäß vorgegebener Anlaufstufen (4x schwarz)... → Wurf an die Seitenlinie (ACHTEN speziell auf Absprunghöhe/Absprunghöhe/Wurfarm)
5. → 2 AbwehrspielerInnen warten: → Versuch den geworfenen Ball abzuwehren; dann einmal vorbereiten und Zuspiel in den Basketballkorb → anderen Seite wieder anstellen
6. WerferIn wird zur/m AbwehrspielerIn → Fließbetrieb

weitere Varianten bitte einbauen:

- den ganzen Übungsbetrieb bitte auch spiegelverkehrt auf die Rechts vorne Position durchführen
- aus dem Werfen wird ein Schlagen des Balles
- aus dem Trainerwurf ein Zuspiel → S/S auch als ZuspielerInnen einbauen...