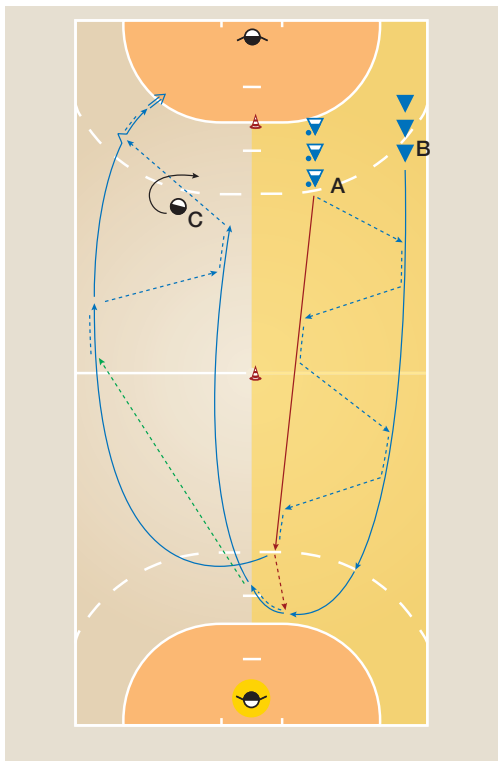


21

## ÜBUNGSFORM

### Kurze Pässe - Gegenstoß- angriff zurück

KOMPLEXTRAINING



ALTER

F E

D G

B A

M H

MEHR INFOS IN DER ZEITSCHRIFT  
HANDBALLTRAINING • WWW.PHILIPPKA.DE

## Organisation

2er-Gruppen in einer Spielfeldhälfte.

## Ablauf

A1 und B1 spielen Kurzpässe in die gegenüberliegende Nahwurfzone. Dort rollt A1 den Ball in beliebige Richtung und erhält beim Gegenstoß zurück (in der anderen Spielfeldhälfte) den von B1 aufgenommenen Ball. Im Folgenden spielen sie 2 gegen 1 gegen C. Werfer löst C ab.

## Variation

- ▶ A1 passt zum Torwart, der den Gegenstoß zurück einleitet; Ausführung eines schnellen Anwurfs in der 2er-Gruppe.

MEHR INFOS IN DER ZEITSCHRIFT  
HANDBALLTRAINING • WWW.PHILIPPKA.DE