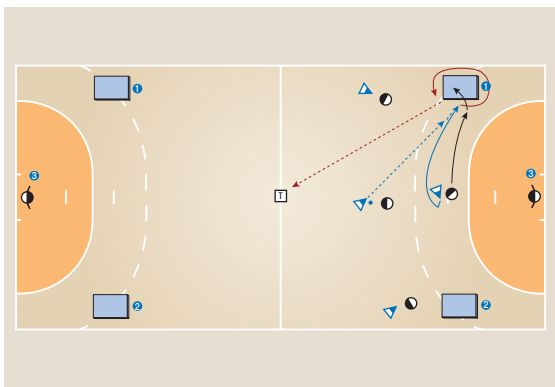


2

SPIELFORM

Mattenball mit schnellem Umschalten

PARTEIBALLSPIEL



ALTER

F E

D C

B A

M H

Organisation

Über die Hallenlängsseite spielen: In jeder Spielfeldhälfte befinden sich auf Höhe der Seitenlinien links und rechts neben dem Tor 2 Matten. Je nach Anzahl der Spieler wird 4/5 gegen 4/5 gespielt.

Ablauf

Es wird nach Handballregeln mit Manndeckung gespielt. Es kann sowohl auf das Tor als auch auf die beiden Matten gespielt werden. **Punktvergabe:**

- ▶ Torerfolg: 1 Punkt
- ▶ Ball auf einer Matte ablegen/einen sitzenden Mitspieler anspielen: 2 Pkte.

Nach Punktgewinn wird der Ball sofort zum Trainer an der Mittellinie gespielt, der den nächsten Angriff einleitet (schnelles Umschalten forcieren).

Variationen

- ▶ Kurzfristiges Überzahlverhältnis: Der Spieler, der auf einer Matte einen Punkt erzielt, muss einmal um die Matte herum laufen (oder auf einem Bein um sie herum hüpfen), bevor er zurück in die Abwehr läuft. Der Spieler, der ein Tor erzielt hat, muss ebenfalls zunächst zu einer Matte sprinten und sie z. B. umlaufen.
- ▶ Punkte werden nur erzielt, wenn alle Angreifer die Mittellinie überquert haben.
- ▶ Rückpass-Bestätigung: Ein Spieler, der auf der Matte zum Punktgewinn angespielt wird, muss zu einem Mitspieler zurückspielen, um so einen Punkt erzielen zu können.

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

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