

Volleyball Kurs 858

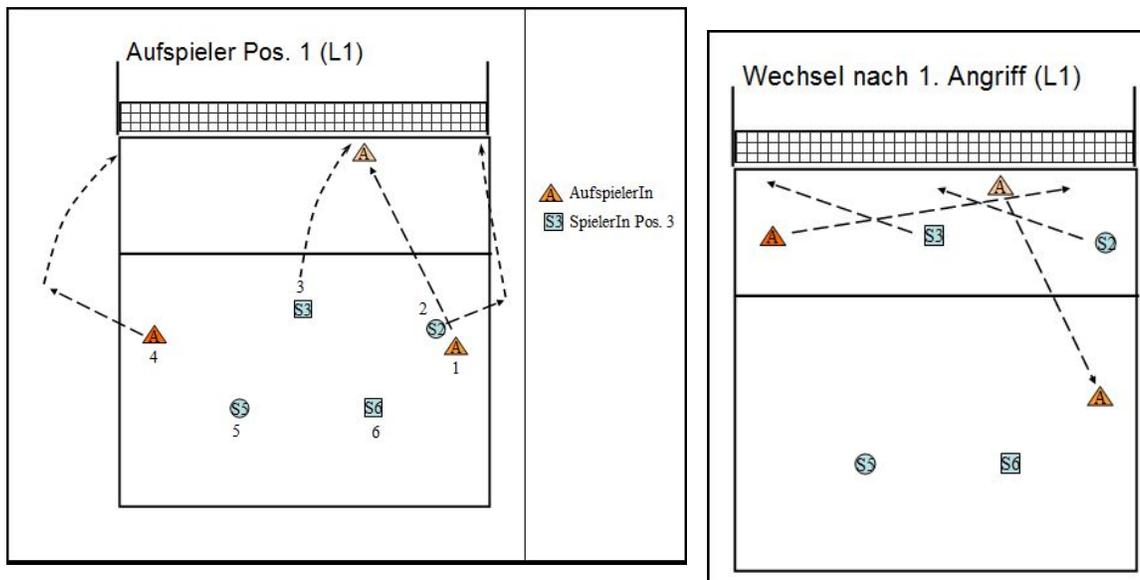
Willkommen liebe KursteilnehmerInnen!

Weiterentwicklung des weiter unten angeführten Einstiegsmodells:

Wir spielen ein **4:2 System** (4 Angreifer, 2 Zuspieler) mit **Aufspiel von der Position 2!**

Daraus ergeben sich **3 ANNAHME FORMATIONEN**, ausgehend von der Position der AufspielerIn

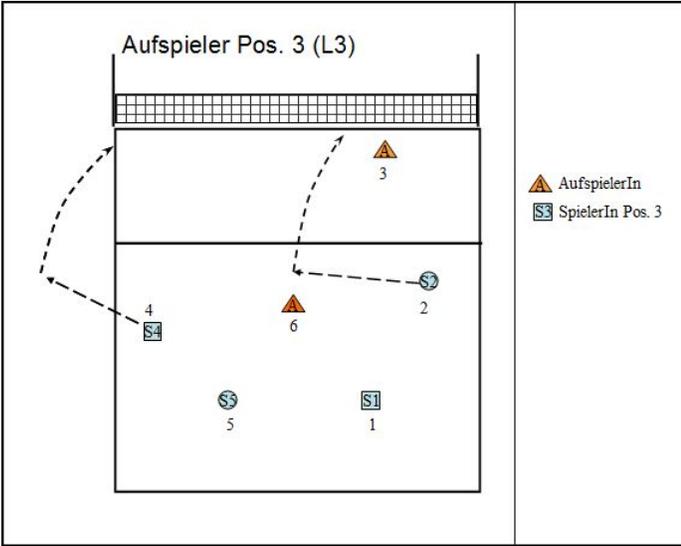
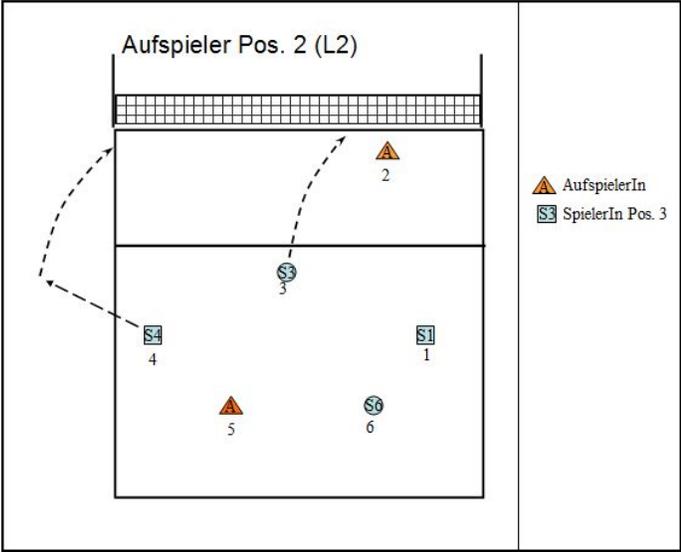
AufspielerIn Läufer 1 (L1), L2 und L3.



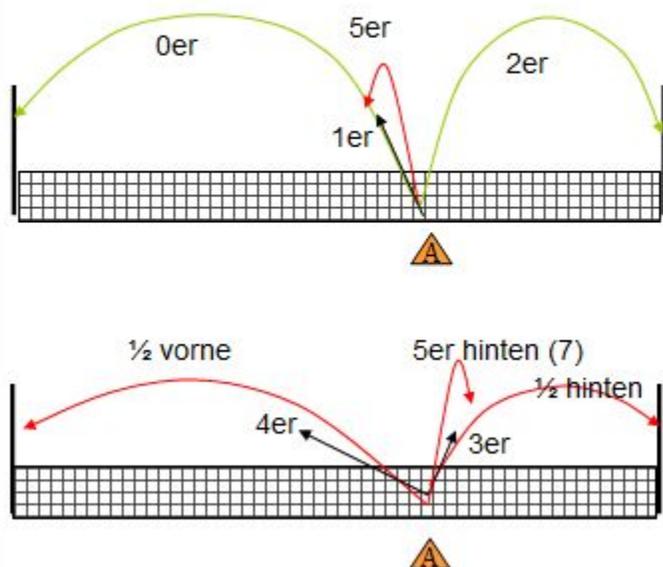
ACHTUNG! Bei dieser Variante sollte die Aufspielerin 1 nachdem sie den Ball gestellt und gesichert hat wieder nach hinten auf ihre Position (Pos.1) gehen und die Aufspielerin 4 wechselt auf Pos. 2

S2 greift den 1. Angriff hinter der Aufspielerin an und wechselt dann in die Mitte. S3 geht auch 1 Position weiter nach links.

(Sieht verwirrend aus, ist aber genauso leicht zu lernen wie alles Andere 😊)



Aufspielvarianten (Auszugsweise)



Bälle für die Mittelangreifer sind immer in Bezug zum Aufspieler.

1/3; 5 vorne/hinten, 4

Bälle für die Außenangreifer sind immer in Bezug zum Netz und den Antennen

Zielpunkt möglichst bei der Antenne um für den gegnerischen Mittelblock lange Wege zu erzwingen.

Farben:

Schwarz: 1.Tempo

Rot: 2. Tempo

Grün: 3.Tempo

Altes System:

Wir spielen ein System mit 5 Annahme SpielerInnen und einer ZuspielerIn von der Position 3 (Mitte Vorne).

Diese ZuspielerIn sollte wenn möglich immer den angenommenen oder verteidigten Ball für eine der 2 vorderen AußenspielerInnen zuspielen.

Aufspieler Pos.3

