



Ein-011-A	Beschreibung	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aufwärmen mit Ball (Endlosreihe) / AUFWÄRMEN</b></li> <li>• 3 AnnahmeSp – 1 Zsp – 1 „Angriff“</li> <li>• Der Ball wird auf die AnnahmeSp gespielt – Annahme zur L-Pos / Pos. II</li> <li>• Pass auf Pos. IV</li> <li>• AnnahmeSp gehen alle nach dem Zuspiel nach vorn in Richtung „Angriff“ zur Sicherung –ZSp löst sich diagonal vom Netz</li> <li>• AngriffsSp. Spielt sich 1 x den Ball selbst zu - die AnnahmeSp, die nicht angenommen haben laufen zur AusgangsPos zurück</li> <li>• Wer angenommen hat wechselt danach zur ZSp-Pos – ZSp zum Angriff – von der IV zur WartePos – WartePos übernimmt Pos der AnnahmeSp</li> </ul>		
Laufweg 	Ballweg 	Angriff 