



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