

## Trainingstipp → „Doppeltaktik - 3“

### Taktikschwerpunkte - 3

1. Spielfeld öffnen
2. Volleystopp
3. Hinein laufen

#### Spielfeld öffnen

- Volley lang in die Mitte → anschließenden kurz cross

#### Volleystopp

- bei passiven Gegner Stopps spielen

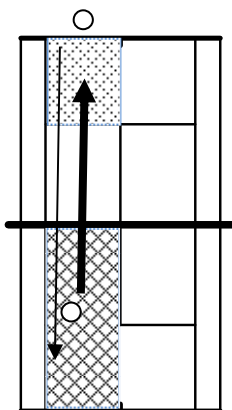
#### Hineinlaufen

- Bälle in der Mitte Volley spielen

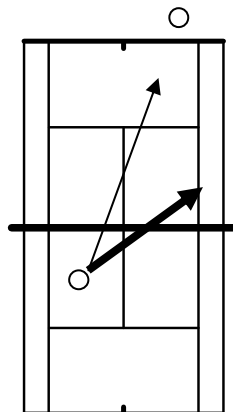
### Übungen:

1. Volley vervollkommen → SP: „Hoch und hopp“
2. Volleyrichtung im Aufschlagfeld → Volley i. W. rechts-links (2:2, 1:1)
3. Längendifferenzierung im  $\frac{3}{4}$ -Feld → Volley i. W. lang-kurz (3:1)  
SP: Treffpunkt vorn, sehr kurze Bewegung
4. Volley lang spielen → Angreifer gegen Grundlinienspieler
5. Volleystopp → Volley lang 3x hinter die AL, dann Stopp
6. Wildern zu dritt → Hineinlaufen üben (Läufer darf nur in unbesetzte Hälfte spielen)

zu 4)



zu 5)



zu 6)

