

Achterdribbling



Drei Hütchen werden als „Achter“ umdribbelt

Abstand der Hütchen = 3 m

Jedes umdribbeltes Hütchen = 1 Punkt

Korb-Kopfball



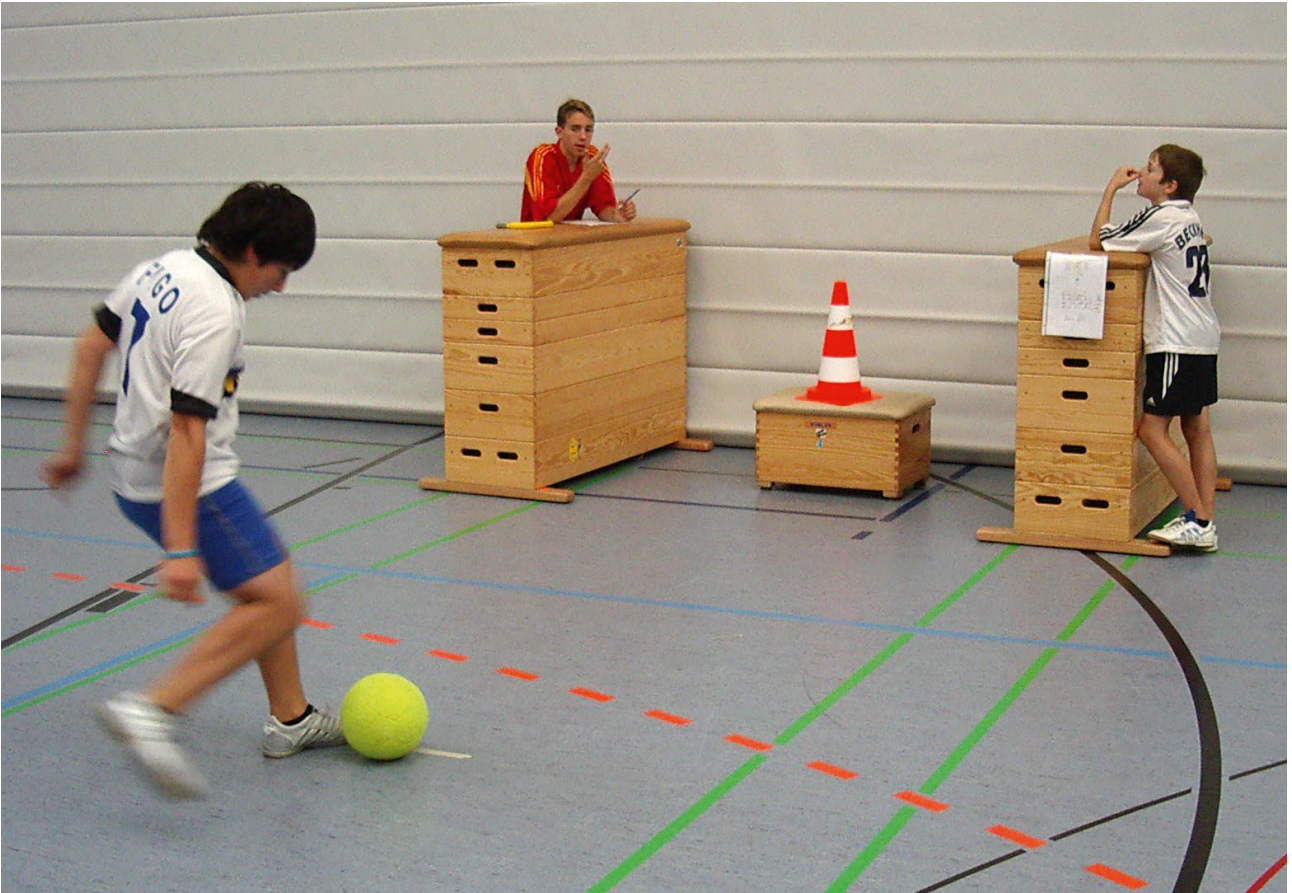
Kopfball in den Basketballkorb

Abstand zum Korb ist beliebig

Jeder erzielte Korb = 5 Punkte

Ball immer selbst holen und „einschenken“

Hütchenschießen



Abstand zwischen Abschussmarke und
Minikasten = 2 m

Jedes abgeschossene Hütchen = 3 Punkte

Ball immer selbst holen

Hütchen immer selbst aufstellen

Kopfball an die Holzwand



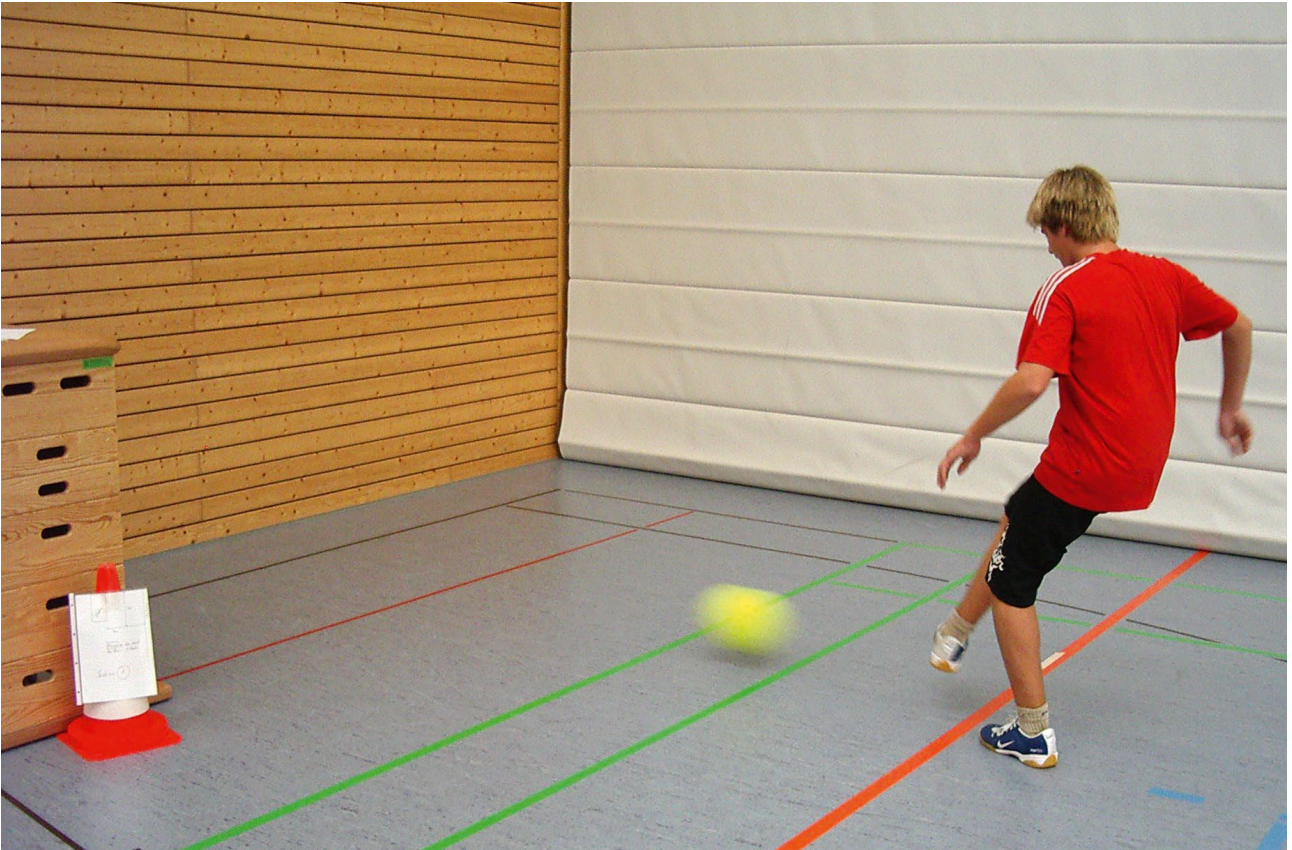
Fortlaufendes Köpfen an die Holzwand

Abstand zur Wand ist beliebig

Jeder Holzwandtreffer = 1 Punkt

Bei Ballverlust, Ball selbst holen und „einschenken“

Wandpässe I

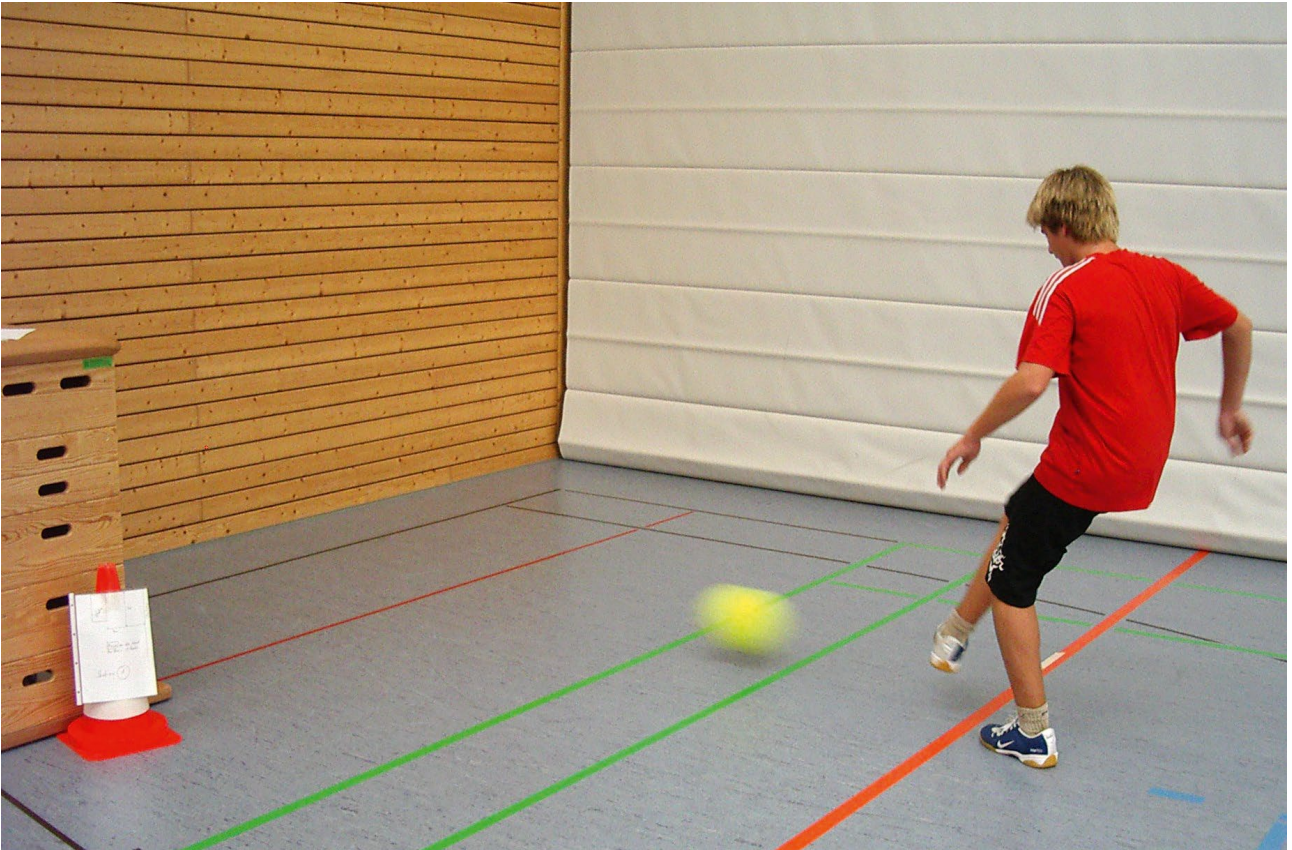


Abstand Abschusslinie – Wand = 3 m

Abstand Kasten – Vorhang (Gassenbreite) = 4 m

Jeder Pass (mit dem „starken“ Fuß) außerhalb der
Abschusslinie = 1 Punkt

Wandpässe II

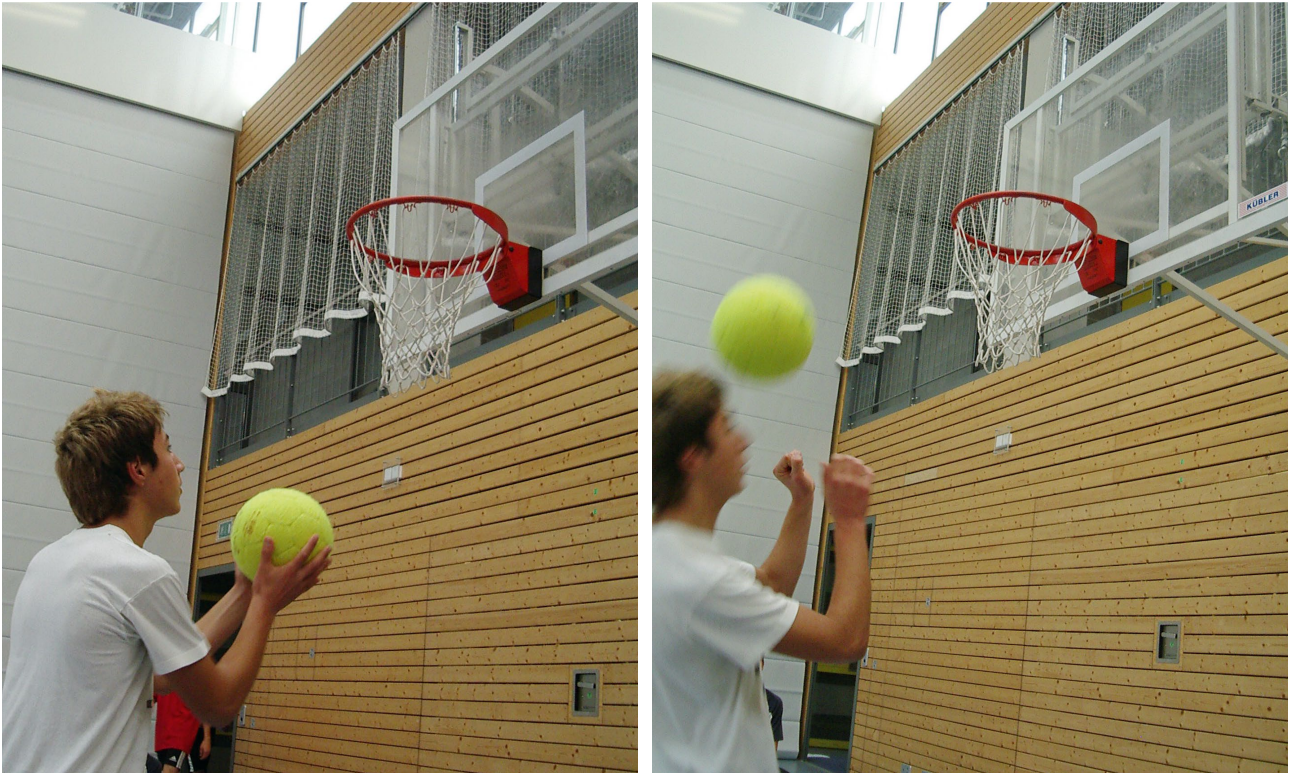


Abstand Abschusslinie – Wand = 3 m

Abstand Kasten – Seitenwand (Gassenbreite) = 4 m

Jeder Pass (mit dem „schwachen Fuß) außerhalb
der Abschusslinie = 1 Punkt

Brett-Kopfball



Kopfball ans Basketball-Brett

Abstand zum Brett = 1 m (Bodenturnmatte)

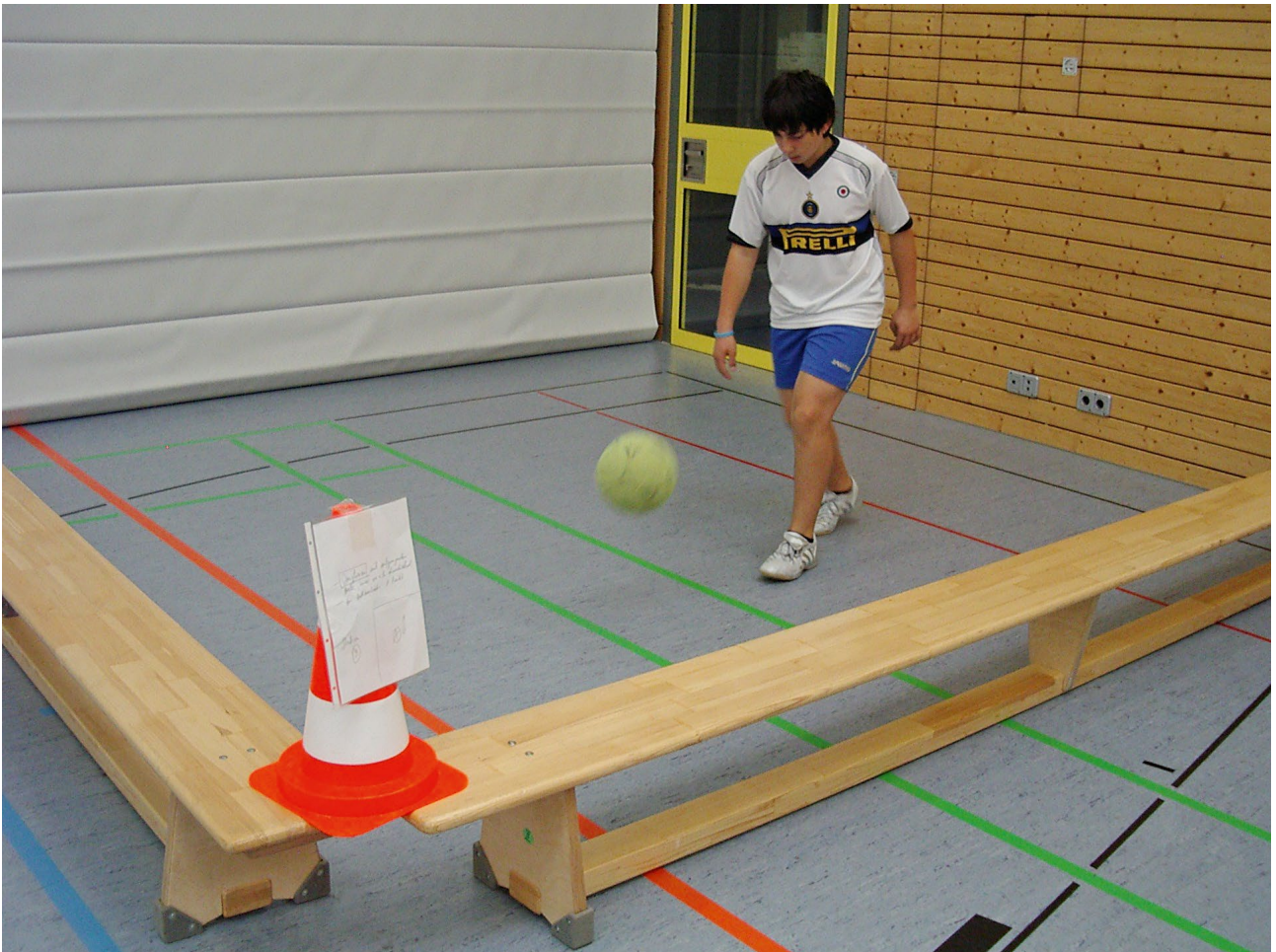
Ball nach jedem Bretttreffer auffangen

Ball selbst „einschenken“

Jeder korrekt hinter der Linie (Matte)

gefangene Ball = 1 Punkt

Jonglieren mit Aufspringen



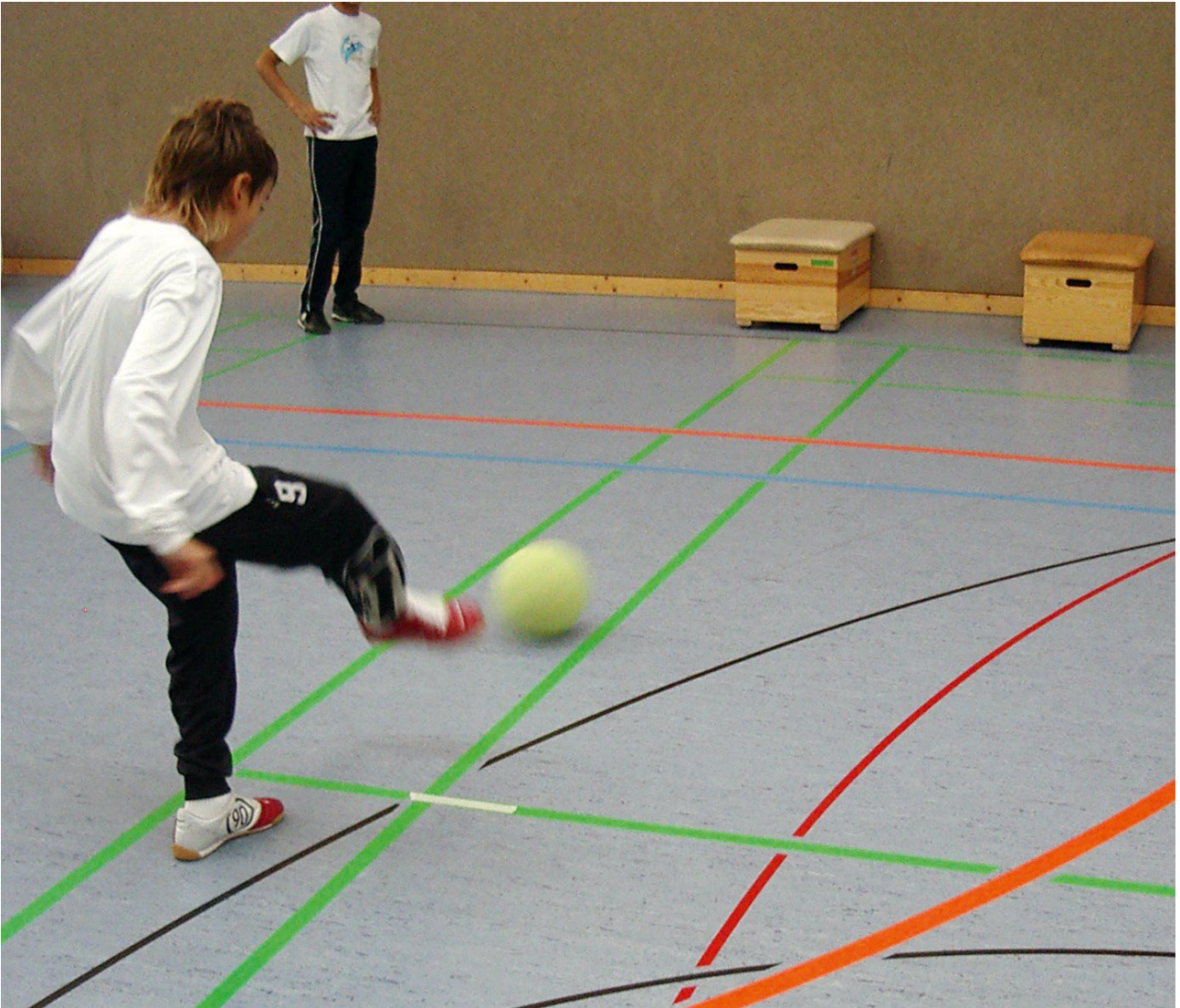
Ball muss im vorgegebenen Quadrat immer
abwechselnd mit dem rechten und linken Fuß
nach oben gespielt werden

Ball muss zwischen jedem Fußkontakt immer einmal
auf dem Boden aufspringen

Jeder Ballkontakt mit dem richtigen Fuß = 1 Punkt

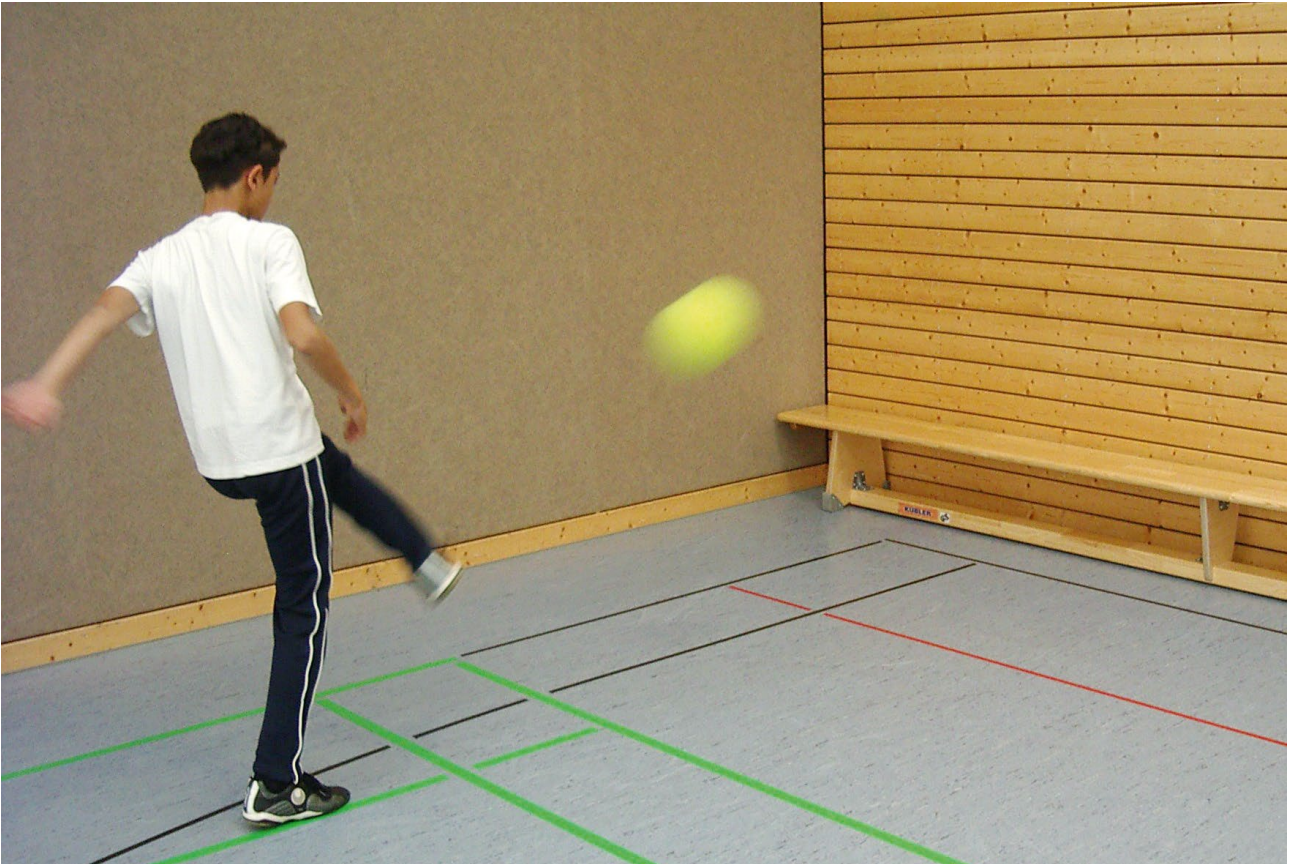
Berührt der Ball Bank, Vorhang oder Wand = kein Punkt

Zielschießen



Zielschießen zwischen die Minikästen
Abstand Abschusslinie - Wand = 4 m
Lücke zwischen den Minikästen = 50cm
Jeder Wandtreffer zwischen den
Minikästen = 1 Punkt
Ball muss immer selbst geholt werden

Fußballsquash



Ball über die Bank an die Wand spielen

Wandpraller muss genau einmal auf dem Boden
aufspringen

Jeder korrekte Wandtreffer = 1 Punkt

Springt der Wandpraller mehrmals auf
bevor er gespielt wird = kein Punkt