

Faustballtennis

2 Spieler treten auf einem kleinen Feld (ca. 9x3 m) gegeneinander an. Das Feld wird durch eine Leine, Bande oder Langbänke (Höhe: 30-60 cm) in der Mitte geteilt. Der Ball muss mit dem ersten Kontakt wieder ins Gegenfeld gespielt werden.

Variation:

2 Kontakte für Anfänger vorteilhaft!

Tipps:

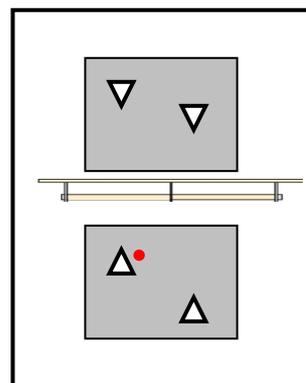
Ballbehandlung nur von unten!

Geräte:

1 Ball/Paar

Leine

(Langbänke, Banden)



Action – Ball

2er Mannschaften treten auf einem 10x3 m großen Spielfeld, das von einer ca. 60 cm hohen Bande geteilt ist, gegeneinander an. Spätestens mit der 3. Ballberührung muss der Ball ins Gegenfeld gespielt werden (von unten). Beim Spielen innerhalb einer Mannschaft ist die Feldbegrenzung aufgehoben. Die Angabe erfolgt von unten und hinter der Grundlinie.

Tipps:

2 Langbänke übereinander stellen oder einfach eine Bierbank nehmen

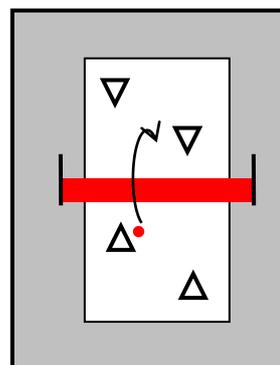
Es gibt auch spezielle Action-Ball-Anlagen (sind beim ÖFBB erhältlich)

Geräte:

1 Ball/4 Spieler

Langbänke (Bierbänke)

(Action-Ball-Bande)



Toter Raum

2er oder 3er Mannschaften spielen auf einem Volleyballfeld gegeneinander. Die beiden 3m-Räume sind „Toter Raum“, er darf weder vom Ball noch von einem Spieler berührt werden. Mit dem 2. Ballkontakt muss der Ball von unten wieder ins Gegenfeld gespielt werden. Angabe von der 3m- Linie.

Variation:

Erleichterung:

Nur gegnerischer 3m-Raum = toter Raum!

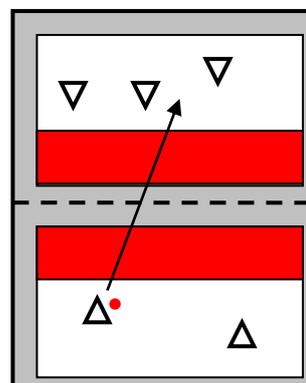
Tipps:

Für Anfänger: Matte (= toter Raum), teilt ein kleines Feld!

Geräte:

1 Ball/4-6 Spieler

(Matten)



2 Leinen – Faustball

2er oder 3er Mannschaften spielen auf einem kleinen Feld gegeneinander, das Feld wird von 2 Leinen geteilt, die in 30 cm und 1,60 m Höhe angebracht sind. Mit dem 2. Kontakt muss der Ball zwischen den beiden Leinen hindurch ins Gegenfeld gespielt werden.

Variation:

Langbänke statt der unteren Leineeinsatzbar

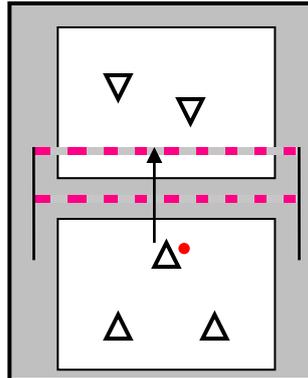
Tipps:

Ideale Spielform „gegen“ seitliche Schwungschläge!

Geräte:

2 Leinen (Langbänke)

1 Ball/4er Gruppe



Krater – Faustball

2:2; 2 Felder ca. 2x2m, der Bereich zwischen den beiden Feldern ist ein toter Raum.

Dieser darf weder vom Spieler noch vom Ball berührt werden.

Es darf nur von unten gespielt werden, maximal 3, aber mindestens 2 Ballberührungen.

Die Feldbegrenzung ist bei eigenem Ballbesitz aufgehoben (Service und zurück gespielter Ball müssen im Feld sein). Das heißt, es ist möglich den Ball neben das generische Feld zu spielen und dann von der Seite (ohne dabei den toten Raum zu betreten).

Tipps:

Sehr schnelles Spiel

Geräte:

8 Markierungskegel

1 Ball

