

Zuspielknotenpunkte:

1. rechte Hand rechter Fuß – linke Hand linker Fuß
2. gestreckter Arm: Supination im Ellbogengelenk: (= Breitseite des Armes)
3. Bewegung aus den Beinen; Arme bleiben ruhig in Vorhalteposition
4. Brust zeigt immer in die Richtung wohin der Ball gehen soll:
keine Oberkörper-& Unterkörperverringung
5. leichte Schrittstellung, stabile Rumpfposition
6. Abstand zum Ball: je weiter weg von der Leine, desto größer der Abstand zum Ball; je näher, desto geringer:
sprich "mehr unter den Ball gehen"

