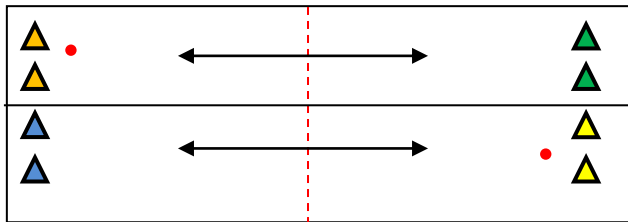


Der schwächere Arm

Komplexübung: Leinenhöhe 1,90m

Paarweise gegenüber aufstellen → Großfeld; Spielfeld geteilt in 2 Hälften



- Beginn mit einem Wurf (schwächerer Arm) des Gegners
 - Abwehr re oder li
 - Zuspiel mit dem schwächeren Arm
 - Rückschlag mit dem schwächeren Arm
1. Zuerst kurz Spiel miteinander
 2. Match gegeneinander (Halbfinale – Finale)