



VOLLEYBALL



Voraussetzung: Spiele regelmäßig im Verein oder in einer Hobbymannschaft Volleyball!

- 1. Nenne die aktuell gültigen Spielregeln für Volleyball (einschl. Netzhöhe) beim Herren- und Damen-Volleyball.**
- 2. Nenne die Unterschiede zwischen Feld- und Beachvolleyball.**
- 3. Zeige, sowohl beim Üben wie auch im Spiel, dass du die Grundtechniken für Angabe, Ballannahme, Baggern, Pritschen, Blocken und Schmetterschlag beherrschst.**
- 4. Leite Übungseinheiten zu drei der genannten Grundtechniken, mit vorherigem Aufwärmen.**
- 5. Sei Schiedsrichter bei einem Volleyballspiel.**
- 6. Welche Verletzungen können speziell beim Volleyball auftreten und wie können sie behandelt werden?**



P-F-Volleyball