

# Volleyball: Oberes Zuspiel

alias Pritschen



Versuche, den Ball vor und über der Stirn zu spielen!

## Knotenpunkte

6 Knotenpunkte sind beim Oberen Zuspiel von entscheidender Bedeutung:

1. [Bereitschaftshaltung](#)
2. Flugbahn antizipieren und zur Spielposition laufen
3. mit den Händen ein Körbchen / eine Schale bilden; die Daumen zeigen in Richtung Augen
4. Knie leicht beugen
5. den Ball vor und über der Stirn spielen und ...
6. ... den ganzen Körper in Spielrichtung strecken

## Weiterführende Links

- Video: [Youtube: Schulsport: Volleyball - Oberes Zuspiel - Frontal](#) ein Video mit besonderem historischen Wert 🤔

[sport, volleyball](#)

From:  
<http://herr-zimmerer.de/> - **herr-zimmerer.de**

Permanent link:  
<http://herr-zimmerer.de/doku.php/open:vb-oberes-zuspiel>

Last update: **2016/11/03 09:58**

