Ballgefühl – Ball tippen

Ball auf dem Schläger tippen – VH-Seite, RH-Seite, im Wechsel, im Gehen.

5 Min. | A ab Anfänger | #Ballgefühl | #Koordination

ONLINE ANSEHEN

Beschreibung

Ablauf: 20× auf der VH-Seite, 20× RH-Seite, dann im Wechsel. Wer es schafft: dabei gehen oder in die Hocke gehen.

Ziel: Ballgefühl und Schlägerkontrolle – besonders für Kinder und Anfänger.