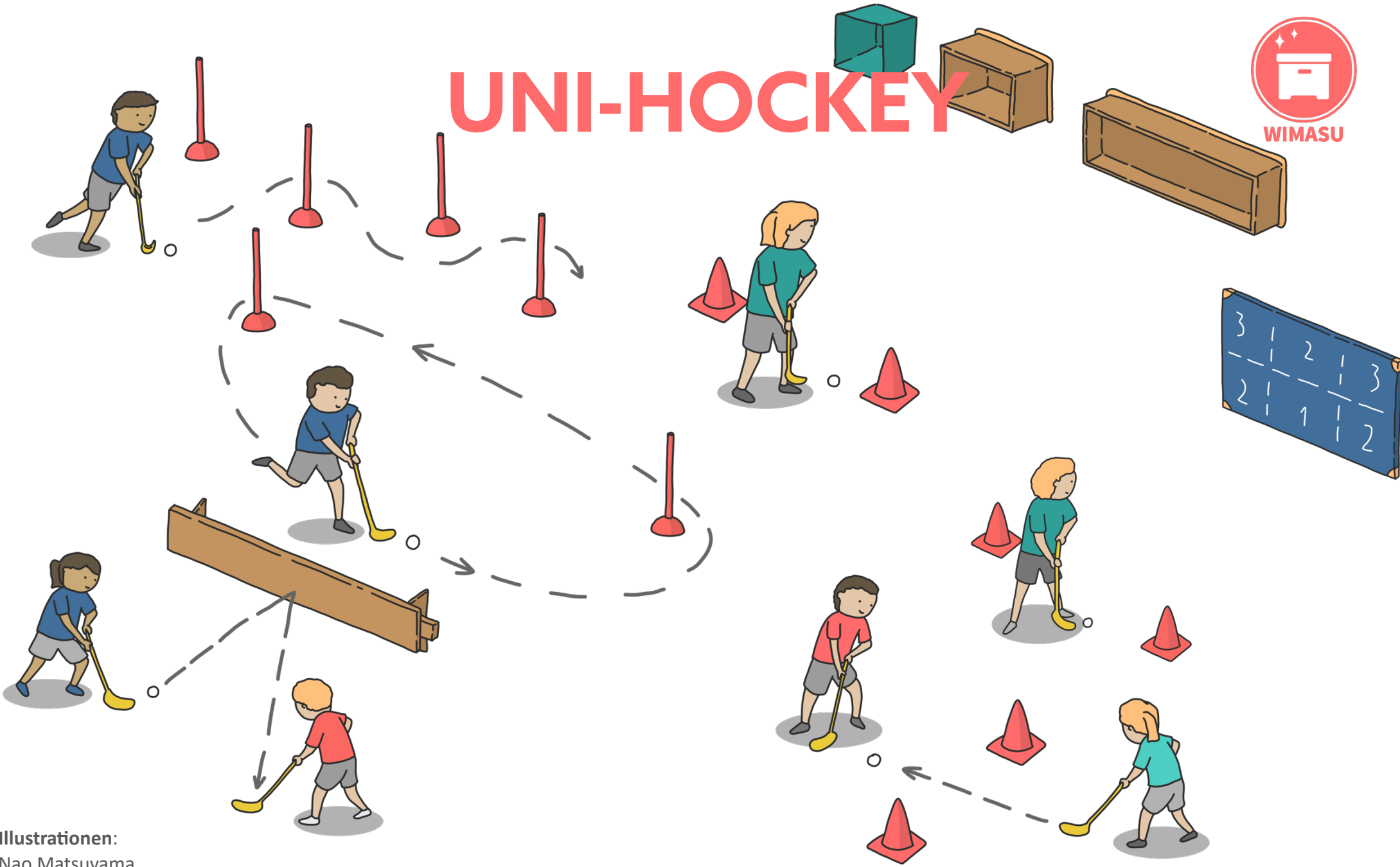


# UNI-HOCKEY



Illustrationen:  
Nao Matsuyama

# UNIHOKEY STATIONSKARTEN

# IMPRESSUM



© WIMASU GmbH 2020

Alle Rechte vorbehalten. Alle Nachdrucke und digitale Weitergabe nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung.

<https://wimasu.de/unihockey-stationskarten/>

1. Version

**Autor: V.-L. Veit**

**Illustrationen: N. Matsuyama**

**Herausgeber: J. Veit, Ch. Walther**

## **Dieses Dokument zitieren:**

Veit, V.-L. (2020). Unihockey Stationskarten. Zugriff am DATUM unter <https://wimasu.de/unihockey-stationskarten>

## Haftungsausschluss

*Unsere Veröffentlichungen stellen nur generelle Anleitungen für Sportübungen dar. Sportübungen unterliegen sich laufend fortentwickelnden sportwissenschaftlichen Erkenntnissen. Daher garantieren wir nicht, dass die Anleitungen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Erkenntnissen entsprechen. Weiterhin kann auch kein Erfolg der Übungen garantiert werden. Generell gilt: Jeder Nutzer muss bei der konkreten Ausführung der vorgestellten Übungen selbst für eine sichere Übungsumgebung sorgen. Für den Fall, dass dies nicht möglich ist, sollte keine Übung ausgeführt werden.*



# Wir spielen Unihockey

# ZUPASSEN



# ZUPASSEN



Stellt euch einander gegenüber und spielt euch den Ball zu.

**Wichtig: Stoppe den Ball, bevor du ihn zurückspielst.**

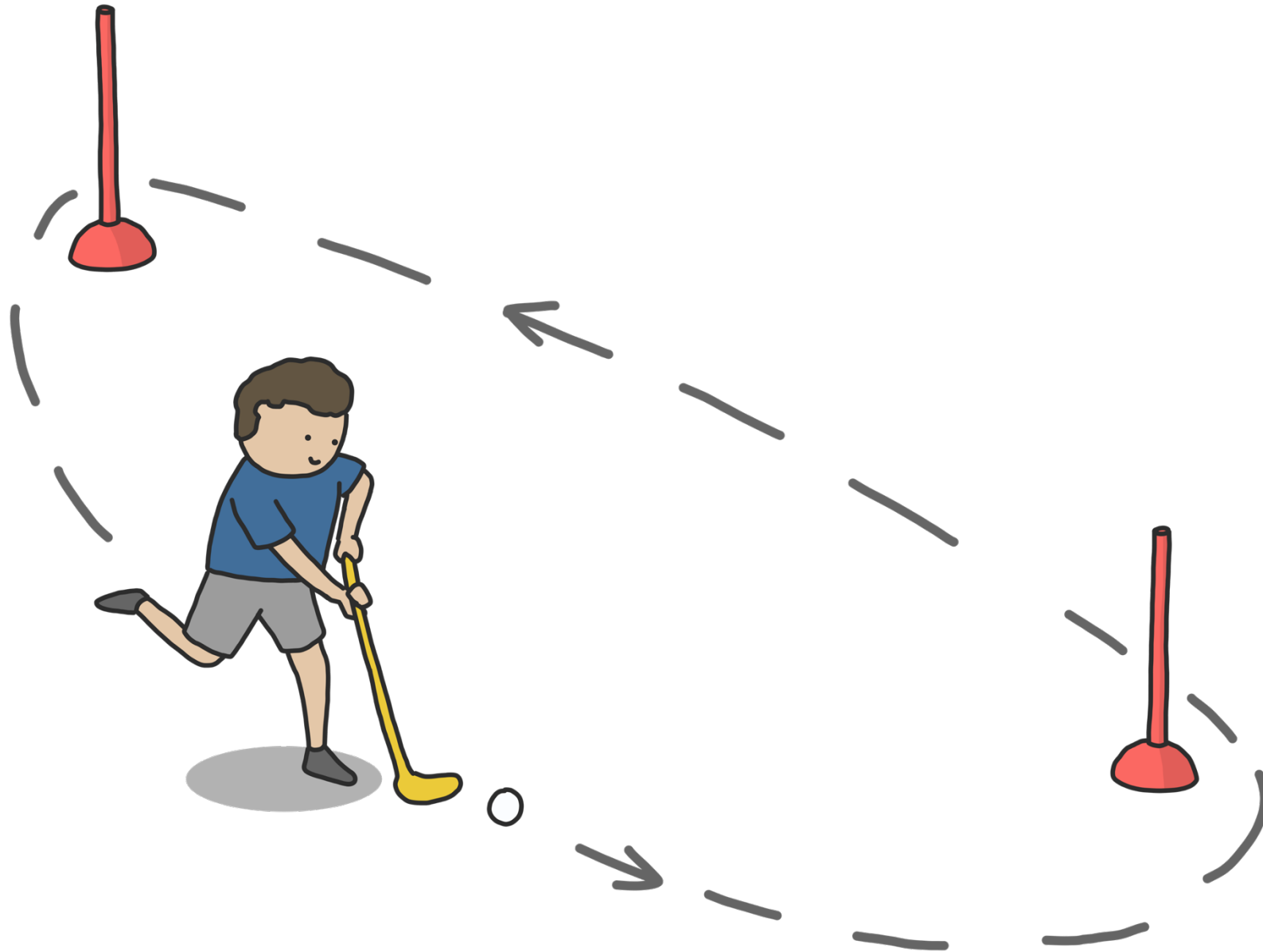


Geht enger zusammen.



Geht weiter auseinander.

# SCHNELLER LAUF



# SCHNELLER LAUF



Führe den Ball so schnell du kannst um die Hütchen, ohne ihn zu verlieren.

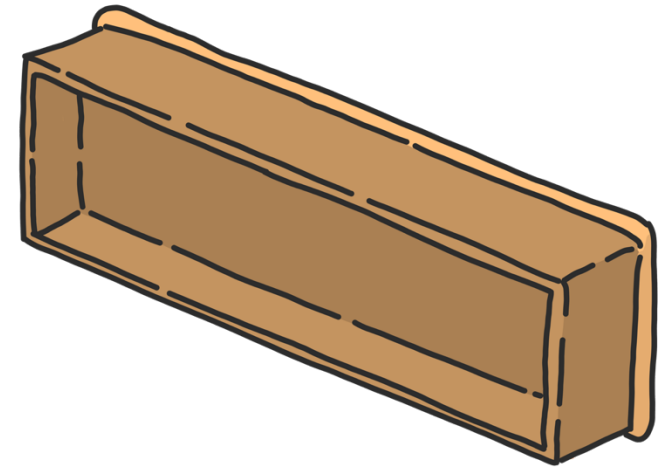
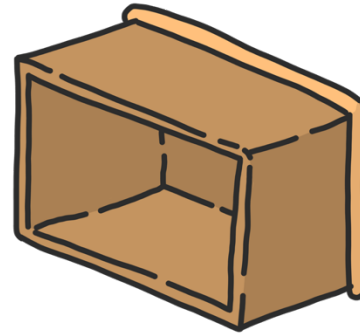
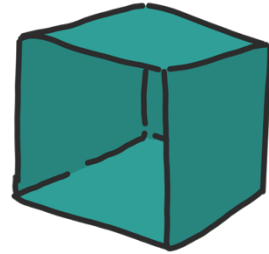


Laufe langsamer.



Laufe schneller.

# TORSCHIEßEN





# TORSCHIEßEN



Versuche den Ball in eines der Tore zu schießen.

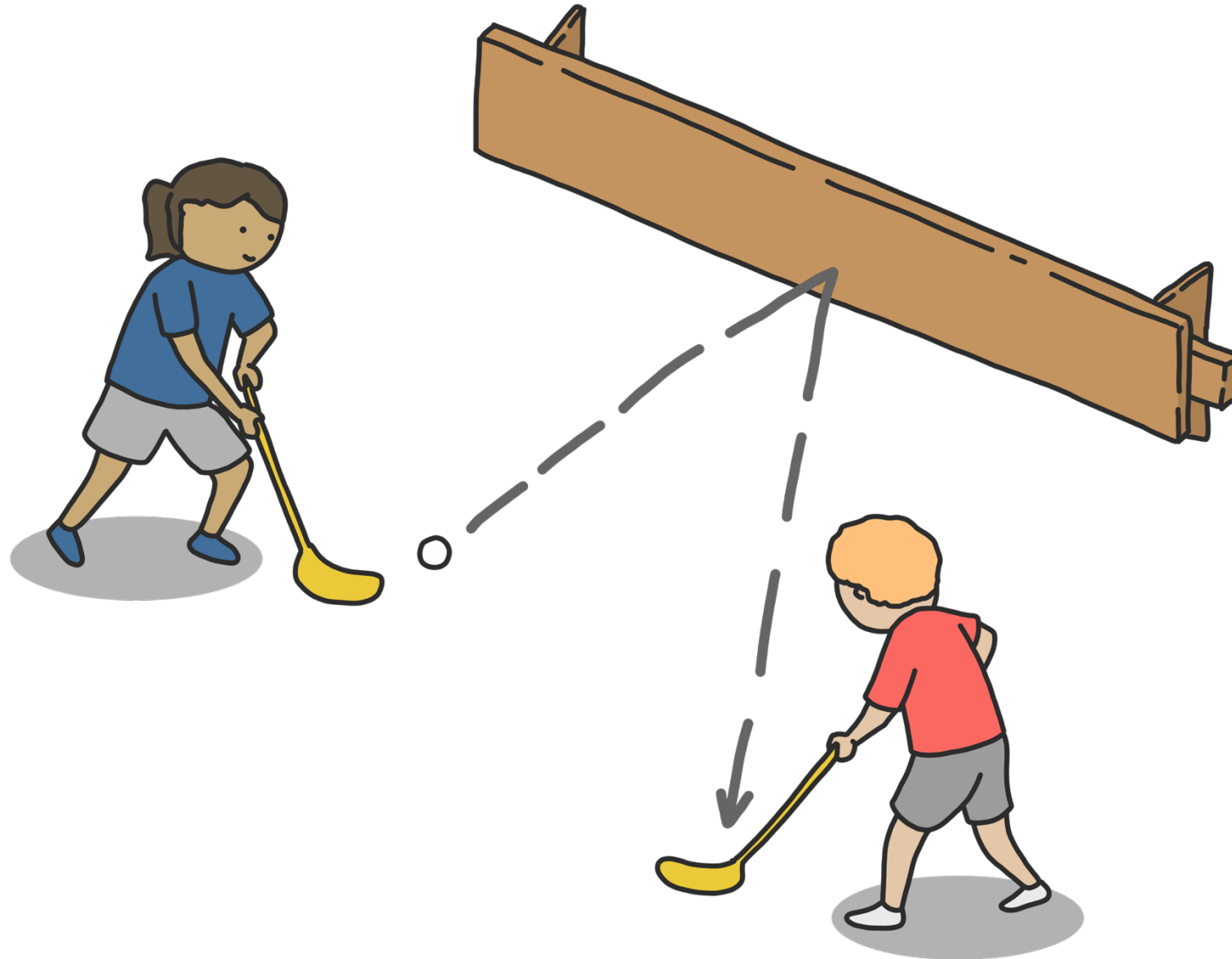


Ziele auf ein größeres Tor oder stelle dich näher an das Tor heran.



Ziele auf ein kleineres Tor oder stelle dich weiter weg vom Tor.

# PASSEN ÜBER DIE BANDE



# PASSEN ÜBER DIE BANDE



Spielt euch zu zweit einen Ball über die Bande zu.

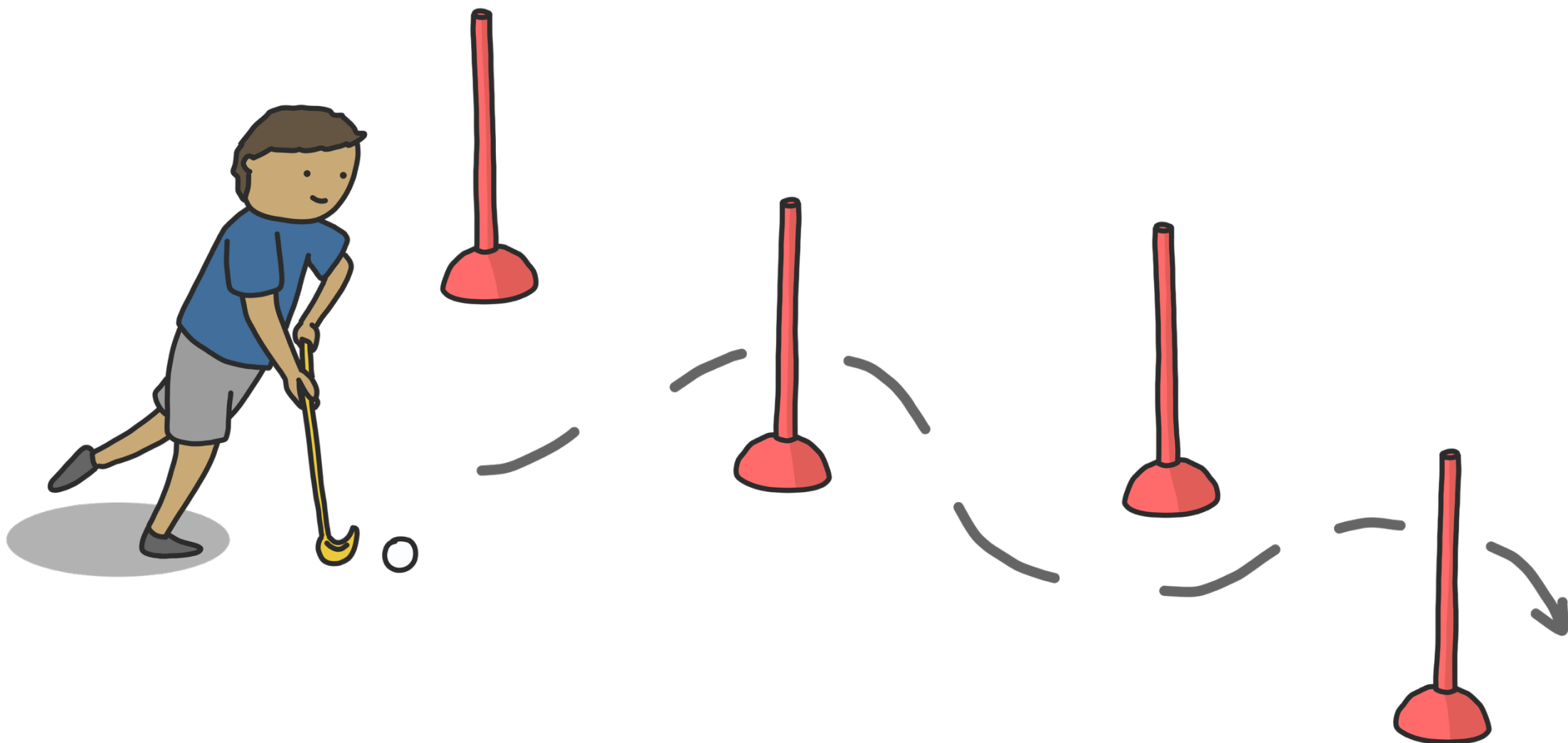


Geht näher an die Bank heran.



Geht weiter von der Bank weg.

# DRIBBELN UM HINDERNISSE



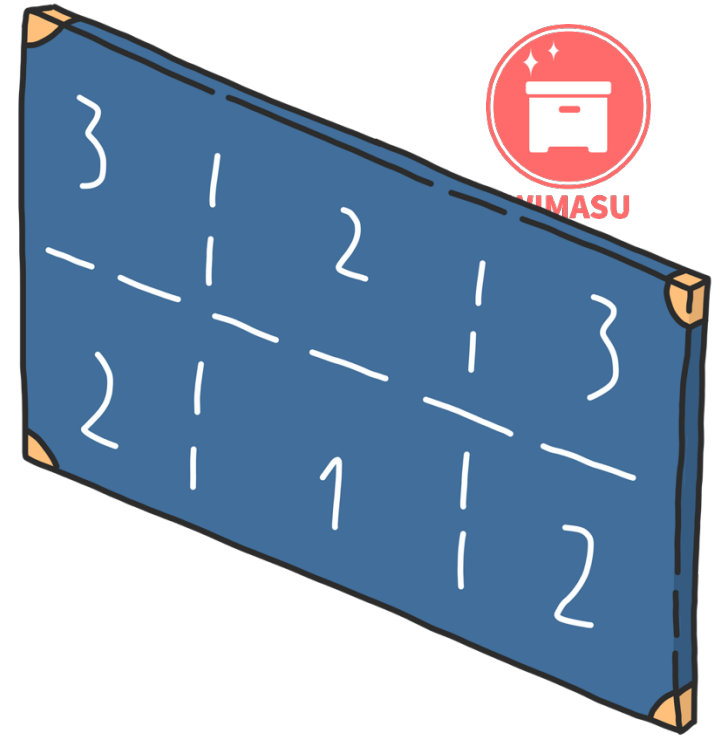
# DRIBBELN UM HINDERNISSE



Findet heraus, wie man den Ball am besten um die Hindernisse bewegen kann.



# MATTENSCHIEßEN



# MATTENSCHIEßEN



Versucht auf die Matte zu schießen.



Gehe näher an die Matte heran.



Versuche eine hohe Zahl zu treffen (2 oder 3).



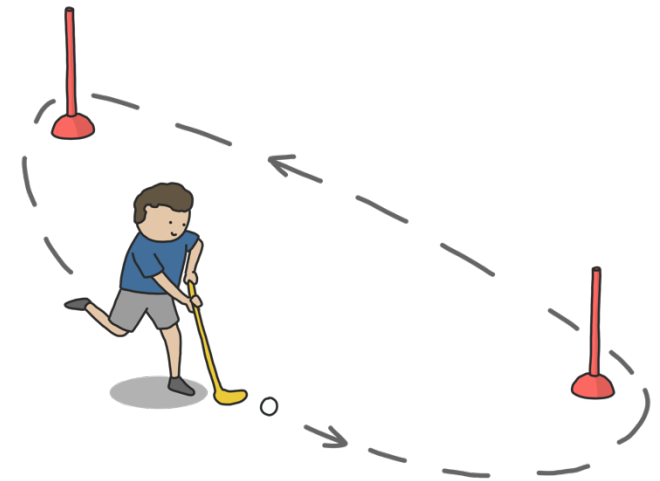
# Wir lernen Unihockey kennen





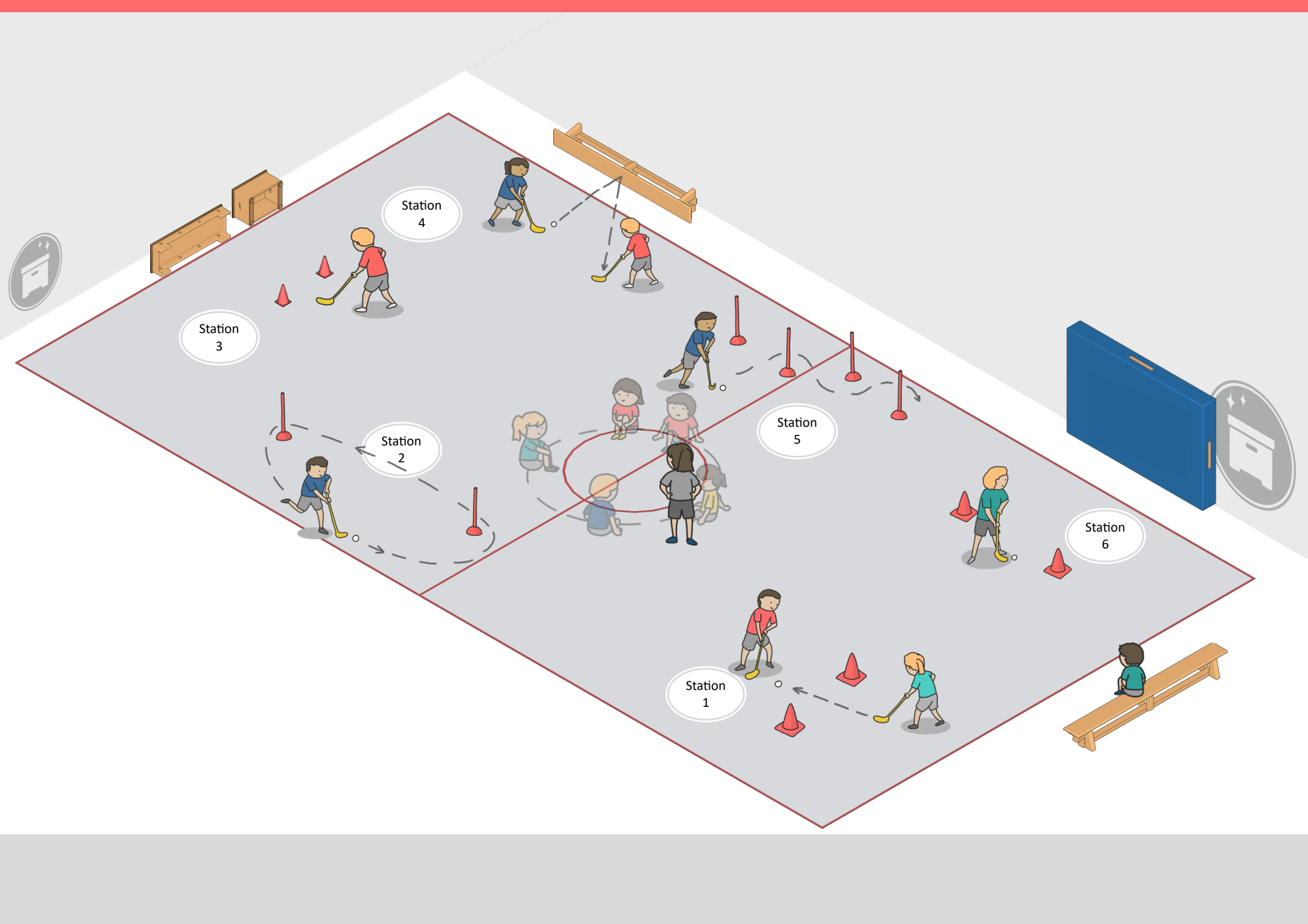
© WIMASU.de

# Wir üben an Unihockey-Stationen



# Wir spielen mit- und gegeneinander





Station 3

Station 4

Station 2

Station 5

Station 6

Station 1