Reto Ebneter Bergstrasse 38 9437 Marbach reto.ebneter@bluewin.ch www.stvmarbach.ch



# **Tchoukball**

Interner Leiterkurs, Samstag 21. September 2019

#### Einleitung

Der STV Marbach besitzt zwei Tchoukballrahmen, welche selten benutzt werden. Die beiden Rahmen sind im Requisitenraum für alle zugänglich.

#### **Philosophie**

Tchoukball entstand in den Sechzigerjahren mit dem Ziel diverse Verletzungen und verschiedene Formen von Aggressivität zu unterbinden.

#### Kurze Beschreibung

- Mannschaftssportart, 1 Ball, 2 Tchoukballrahmen
- Rahmen werden an den Grundlinien des Feldes aufgestellt
- Die angreifende Mannschaft hat zum Ziel, den Ball so auf einen der beiden Rahmen aufprallen zu lassen, dass er ausser Reichweite der gegnerischen Spieler wieder ins Feld fällt
- Es gibt kein eigentliches Feld pro Mannschaft beide Mannschaften teilen sich das Spielfeld.
- Bis zum Wurf auf den Rahmen darf jede Mannschaft höchstens drei Pässe ausführen. Das Anspiel hinter der Grundlinie zählt nicht als Pass
- Wenn die eine Mannschaft im Angriff ist, darf die andere weder den Ball abfangen noch den Gegner behindern.
- Die Verteidigung muss sich damit "zufrieden geben", den Wurf abzuschätzen, und sich darauf vorbereiten, den Ball nach dem Abprall vom Rahmen abzufangen.
- Hat der Ball nach dem Anspiel die Mittellinie passiert, so darf auf beide Rahmen wahlweise geworfen werden
- Vor einem Wurf auf einen Rahmen muss mindestens ein Pass erfolgen

#### Die Punkte

- Ein Punkt ist erzielt, wenn der Ball nach dem Abprall ins Spielfeld fällt, ohne dass ihn ein gegnerischer Spieler fangen kann
- Das Anspiel erfolgt im Anschluss hinter der Grundlinie

**Fehler** (Gegner bekommt der Ball am Ort wo der Fehler stattgefunden hat)

- Wenn der Ball den Rahmen verfehlt
- Wenn der Ball nach dem Wurf auf den Rahmen das Spielfeld verlässt
- Wenn der Ball nach dem Wurf einen Spieler der eigenen Mannschaft trifft
- Wenn der Ball auf dem Rückflug vom Rahmen in die verbotene Zone fällt
- Wenn der Ball den Boden berührt
- Wenn der Spieler mit dem Ball in der Hand mehr als 3 Bodenberührungen macht
- Wenn ein Spieler einen vierten Pass spielt (Das Anspiel zählt nicht als Pass)
- Wenn der Spieler mit dem Ball ausserhalb vom Spielfeld oder in der verbotenen Zone steht

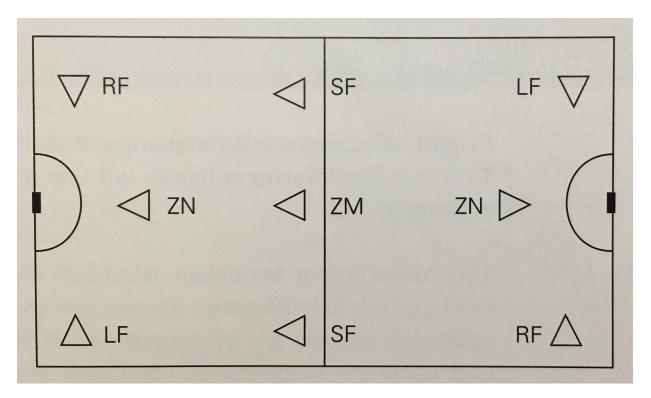
Reto Ebneter Bergstrasse 38 9437 Marbach reto.ebneter@bluewin.ch www.stymarbach.ch



## Spielpositionen

Jede Mannschaft hat 9 Spieler auf einem Handballfeld von 20 x 40 Metern. In der Halle soll das Team auf 7 Spieler reduziert werden (dann entfallen die seitlichen Feldspieler). Man unterscheidet vier Spielpositionen:

- Flügelspieler (rechter und linker Flügel)
  - o Entscheidende Rolle im Angriff
  - Verteidigen Rahmen in der ersten Zone und den anderen Rahmen in der dritten Zone
- Zentraler Netzspieler
  - Verteidigen Rahmen
  - o Mischt im Angriff mit
- Zentraler Mittelspieler
  - Ballverteiler
  - o zweite Verteidigungslinie
- Seitlicher Feldspieler
  - o Ballverteiler
  - o zweite Verteidigungslinie



### Übungsformen / Aufwärmen

- Passen und Laufen: Zu zweit im Feld laufend den Ball zuspielen
- **Netz ab**: Zwei Reihen vor dem Netz. Man spielt sich den Ball via Netz zu und schliesst hinten wieder an
- Wurfwinkel: Zielwurf auf drei Matten / Felder, rund um Zone
- Klassischer Angriff zu dritt: Mitte wirft Rechts, Rechts spielt Links, Links Spielt rechts, Rechts werft ins Netzt, Mitte und Links bringen sich in Position zum Fangen