



StadtSportBund
Hamm e.V.

Angebot:	Speedminton
	Altersgruppe: Jugendliche

Inhalte	Organisationsform
<p>Staffelspiel: Es werden zwei Mannschaften gebildet. Jedes Team stellt sich in einer Reihe hintereinander auf. Der ÜL hat im Vorfeld einen Slalomlauf mit Hütchen aufgebaut. Auf Kommando starten die ersten beiden Läufer und absolvieren den Slalomlauf mit Hochhalten des Balls durch den Speedminton-Schläger. Fällt der Ball auf den Boden, müssen die TN von vorne beginnen. Der Slalomlauf wird auf der Hinstrecke gelaufen, auf dem Rückweg wird nur der Ball mit dem Schläger hochgehalten. Das Team, bei dem zuerst alle Läufer im Ziel sind, gewinnt. Die Läufer geben den Schläger weiter. Bei der Übergabe des Balls sollte dieser nicht auf den Boden fallen, darf aber auch nicht mit der Hand überreicht werden.</p>	<p>1 Slalomlauf 2 Teams 2 Reihen, hintereinander aufstellen</p>
<p>Brennball: Die Mannschaften bleiben in ihrer Form bestehen. Mannschaft A sind die Läufer, Mannschaft B die Fänger. Ein TN aus A schlägt den Ball mit dem Speedminton-Schläger ins Feld und läuft ohne Schläger los. B steht im Feld und versuchen den Ball so schnell wie möglich über eine durch ein Theraband markierte Linie zu befördern. Der TN muss dementsprechend im Laufen den Ball über die Linie bringen. Ist der Läufer A zu diesem Zeitpunkt nicht in einem durch Hütchen markierten Feld angekommen, gilt er als verbrannt und muss sich hintenanstellen. Nur in den Feldern gilt er als sicher und darf weiterlaufen, wenn der nächste Ball ins Feld geschlagen wird. Pro erfolgreichen Rundlauf gibt es einen Punkt. Nach der Hälfte der Zeit wird B zum Läufer- und A zum Fänger Team.</p> <p>Speed Volleyball: Die TN spielen auf einem Feld, dass ungefähr die Größe eines Volleyballfelds hat, gegeneinander. Ein Team besteht aus zwei Spielern. Gespielt wird nach den Volleyballregeln mit dem Unterschied, dass der Ball mit dem Schläger auf die andere Seite befördert wird. Der Ball muss mit der dritten Berührung über das Netz geschlagen werden, fällt der Ball auf den Boden oder geht ins Aus, gibt es einen Punkt für das gegnerische Team. Nach 3 Punkten sind die anderen beiden Mannschaften an der Reihe.</p>	<p>2 Teams Feld ÜL zählt Punkte mit</p> <p>4 Teams (1234) Feld in Volleyballgröße (18 mal 9)</p>