

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1

Zum Umgang mit diesem Buch	10
----------------------------	----

Kapitel 2

Grundsätzliche Anmerkungen	13
----------------------------	----

Kapitel 3

Passen und Fangen

3.1 Formen des Passens	18
------------------------	----

3.2 Passen und Fangen im Stehen	30
---------------------------------	----

3.3 Passen und Fangen mit Laufen	40
----------------------------------	----

Kapitel 4

Werfen

4.1 Formen des Werfens	58
------------------------	----

4.2 Werfen aus dem Stand	72
--------------------------	----

4.3 Werfen mit Laufen	78
-----------------------	----

Kapitel 5

Prellen

5.1 Grundsätze des Prellens	92
-----------------------------	----

5.2 Erste Prellversuche – Ballgefühl	96
--------------------------------------	----

5.3 Prellen mit Bewegung	104
--------------------------	-----

Kapitel 6

Schlusswort	114
-------------	-----