

## Technikschlüssel­punkte – Drive-Angriffschlag nach Drei-Schritt-Rhythmus



### 1. /2. Absprung

- Linkes Bein überholt das rechte Bein.
- Linker Fuß leicht eingedreht.
- Vor dem Absprung ist der **Körperschwerpunkt tief und hinten**.

### 3. /4. Ausholbewegung des Schlagarms

- Doppelarmschwung geht über in die **Ausholbewegung** mit Zurücknehmen der **Schlagschulter**.
- Schlaghand über Kopf.
- Der **Körper bleibt hinter dem Ball**.



### 5. Hüfte und Schlagschulter nach vorne drehen

- **Auflösen der Verwindung** bzw. der Bogenspannung.

### 6. /7. Mit fester, offener Hand den Ball schlagen

- Der Arm ist gestreckt, der Ball wird so hoch wie möglich getroffen.
- Den Ball vor der rechten Schulter treffen
- **Im Unterschied zum frontalen Angriffschlag befindet sich der Angreifer mehr unter dem Ball, als hinter dem Ball. Dadurch wird der Ball von hinten unten getroffen und beschreibt eine bogenförmige Flugkurve. Der Ball kann vom Blockspieler nicht geblockt werden.**

### 8. Landung

- **Auf den Fußballen abfedernd zu den Fersen.**
- Danach wieder **Einnehmen der Spielposition**.