

# ÖHB Sommerkurs 2019

## Florian Hug / Raphael Löschnig



# Schritte

# AGENDA

1. Regelbezug
2. Wann ist ein Schritt ausgeführt?
3. Erkennen von Schrittfehlern
4. Vertiefung durch Videobeispiele



- Regel 7: Erlaubt ist es ...
  - den Ball maximal 3 Sekunden zu halten (7:2)
  - sich mit Ball höchstens 3 Schritte zu bewegen (7:3)
  - den Ball zu tippen, zu prellen bzw. zu rollen (7:4)
  - den Ball von einer Hand in die andere zu führen (7:5)
  - den Ball kniend, sitzend oder liegend weiterzuspielen (7:6)



- Regel 7: Nicht erlaubt ist es ...
  - den kontrollierten Ball mehr als einmal zu berühren, ... (7:7)
  - den Ball mit Fuß oder Unterschenkel zu berühren (7:8)
  - sich als ballbesitzender Spieler außerhalb der Spielfläche zu bewegen oder die Spielfläche ohne Ball zu verlassen (7:10)



# WANN IST EIN SCHRITT AUSGEFÜHRT? - BALL WIRD ZUGESPIELT -

Spieler hat bei Ballannahme nach Anspiel durch Mitspieler...

a) mit beiden Füßen Bodenkontakt



Spieler macht mit dem rechten Bein einen Schritt (Bilder 1+2).  
Das Nachziehen des linken Beins (Bilder 3+4) gilt nicht als Schritt.  
⇒ Nur ein Schritt

# WANN IST EIN SCHRITT AUSGEFÜHRT? - BALL WIRD ZUGESPIELT -

Spieler hat bei Ballannahme nach Anspiel durch Mitspieler ...

b) mit einem Fuß Bodenkontakt



Ballannahme in Vorwärtsbewegung bei Bodenkontakt mit rechtem Fuß (Bild 3). Danach macht er den ersten Schritt (Bild 4).

⇒ Nur ein Schritt

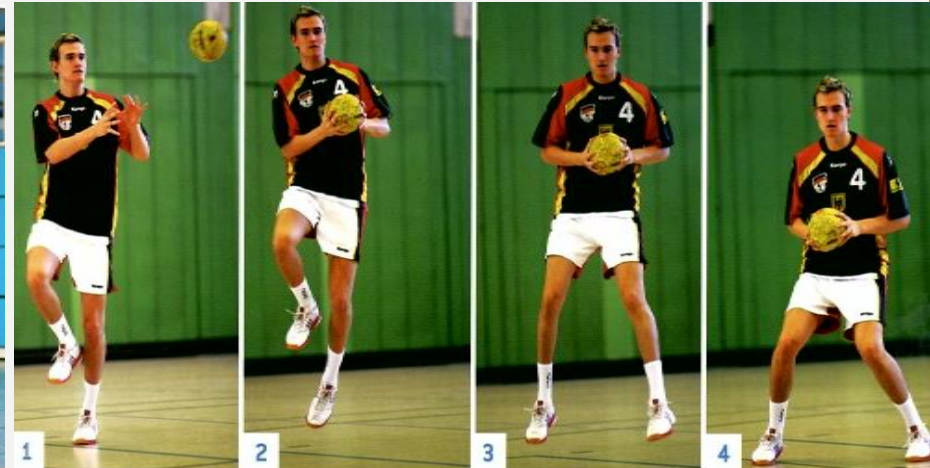
# WANN IST EIN SCHRITT AUSGEFÜHRT? - BALL WIRD ZUGESPIELT -

Spieler hat bei Ballannahme nach Anspiel durch Mitspieler ...

c) keinen Bodenkontakt (= befindet sich im Sprung)



Der erste Bodenkontakt mit einem Fuß (Bild 2) gilt nicht als Schritt („**Nullschritt**“). Mit dem rechten Bein (2. Bodenkontakt) macht er den **ersten Schritt** (Bild 3).



Spieler nimmt Ball im Sprung an (Bilder 2+3). Landet er mit beiden Füßen gleichzeitig, gilt der erste Bodenkontakt (Bild 4) nicht als Schritt („**Nullschritt**“).

# WANN IST EIN SCHRITT AUSGEFÜHRT? - BALL WIRD ZUGESPIELT -

Merke: „Nullschritt“ = kein Schritt

Wichtiges Beobachtungskriterium:

Landet Spieler auf einem Fuß oder auf beiden Füßen gleichzeitig?



Landung erfolgt nicht auf beiden Füßen gleichzeitig

⇒ regeltechnisch hat Spieler bereits einen Schritt gemacht („Tapser“)



# WANN IST EIN SCHRITT AUSGEFÜHRT? - BALLAUFNAHME NACH EIGENEM PRELLEN -

## Ballaufnahme nach Tippen / Prellen



Nach Prellen (Bilder 1+2) fängt Spieler den Ball in der Luft (Bild 4). Mit dem 1. Bodenkontakt nach Ballaufnahme (Bild 5) macht er den ersten Schritt. Es gibt **keinen „Nullschritt“**.

# WANN IST EIN SCHRITT AUSGEFÜHRT? - BALLAUFNAHME NACH EIGENEM PRELLEN -



**Merke: Beim eigenen Anprellen gibt es keinen „Nullschritt“**

- ⇒ 1. Bodenkontakt mit gefasstem Ball = 1. Schritt
- ⇒ Landet Spieler nicht mit beiden Beinen gleichzeitig, hat er bereits 2 Schritte gemacht

# ERKENNEN VON SCHRITTFEHLERN

- Zählen nicht möglich
- Typische Bewegungsabläufe müssen bekannt sein



- Ballannahme bei Bodenkontakt mit rechtem Fuß (Bild 1)
- Schrittfolge links – rechts – links (Bilder 2-4) = 3 Schritte

# ERKENNEN VON SCHRITTFEHLERN

- Schritte nach eigenem Anprellen häufiger als nach Zuspiel (da kein „Nullschritt“)
- Beachte: Foul des Abwehrspielers kompensiert Schrittfehler nicht!
- Ahndung Schritt- und Zeitfehler mit IHF-Handzeichen 3

