



Feeding – Aber wie?

Feedingtraining = Hohe Intensität und hohe Qualität!

Körpersprache / Haltung



- Die Körpersprache des Zuspielers beeinflusst die Qualität der Übung extrem
- Kreiert eine motivierende Atmosphäre
- Spielt/Werft so zu, wie ihr es gerne hättet, wenn ihr trainiert

- Wozu dient die Übung?
- Wie muss mein Zuspiel entsprechend sein?
- Muss ich mein Rhythmus, Tempo, Präzision evtl. anpassen, damit das Ziel erreicht wird?



Ziel

Timing



- Welchen Rhythmus braucht mein Partner für eine optimale Übung?
- Wann genau werfe/spiele ich den Ball?
- Muss das Tempo realistisch oder bewusst langsamer/schneller sein?

