

DAS BESONDERE AN PRELLBALL

In den vergangenen Jahrzehnten hat sich Prellball trotz der gewachsenen Konkurrenz durch mehr und mehr Sportarten, die auf den Markt drängen, behaupten können und eine feste Position in Sport- und Freizeitlandschaft erarbeitet.

Prellball ist leicht zu erlernen. Bereits nach kurzer Zeit kann man aktiv im Spielablauf mitwirken; darüber hinaus wird Prellball von jeder Altersgruppe jeglichen Geschlechts auch im Wettkampfbereich gespielt.



Prellball

BSG
Nordwalde



DER INKLUSIVE SPORTVEREIN.



Für Trainingszeiten und Ansprechpartner
besuchen Sie bitte unsere Internetseite
<https://bsg-nordwalde.de>

BSG Nordwalde e. V.

Geschäftsstelle

Bahnhofstr. 8a

48356 Nordwalde

Fon +49 2573 799 8870

kontakt@bsg-nordwalde.de

PRELLBALL DYNAMIC SPORTS



BSG
Nordwalde



DER INKLUSIVE SPORTVEREIN.

www.bsg-nordwalde.de

DIE SPIELIDEE

Prellball ist eine Mannschaftssportart, zählt zu den Rückschlagspielen und hat seine Wurzeln in der Turnerbewegung. Auf einem Spielfeld, das durch ein Band in zwei gleiche Hälften geteilt wird, stehen sich zwei Teams gegenüber, die aus je drei bis vier Spieler:innen bestehen.

Der Ball wird in das Spiel gebracht, in dem ein/e Spieler:in den Ball so auf den Boden prellt, dass dieser das Band überquert. Der gegnerischen Mannschaft sollte dabei die Annahme möglichst schwer gemacht werden. Erwischt der Gegner nun den Ball, versucht er ihn so anzunehmen, dass ein:e Partner:in den Ball so gut wie möglich für den/die Schlagmann:frau stellen, und dieser/diese den Ball zurückprellen kann. Der Ball muss nach jedem Kontakt eine deutliche Abwärtsbewegung zeigen und darf pro Spielzug von jedem/r Spieler:in nur einmal berührt werden. Jeder Fehler ist ein Punkt für das gegnerische Team. Die Mannschaft, die den Fehler begangen hat, hat Aufschlag. Sieger ist, wer nach 2 x 7,5 bzw. 2 x 10 Minuten die meisten Gutpunkte besitzt.

Im Freizeit- und Breitensport kann von den Regeln abgewichen werden.



DAS SPIELFELD

Das Spielfeld für Prellball ist ein Rechteck von 8 x 16 Metern, das in der Mitte von einem 40 cm hohen und 2-4 cm breiten Band mit einer Hell-/Dunkel-Färbung (oder eine Leine mit Flatterband markiert) halbiert wird, das straff über zwei Ständer gespannt ist. Die Spielfeldbegrenzung ist 2-5 cm breit. In Schüler- und Minispielklassen ist das Feld entsprechend kleiner.

DIE MANNSCHAFT

Jedes Team besteht aus 3-4 Spieler:innen. Dazu kommen noch bis zu vier Auswechselspieler:innen. Bei einer Spielunterbrechung kann beliebig oft gewechselt werden.

DER BALL

Der Prellball ist ein luftgefüllter Hohlball mit einer weichen Umhüllung, der straff aufgepumpt sein soll. Sein Gewicht: 320 - 380 Gramm, sein Umfang: 62 - 68 cm. Jede Mannschaft stellt bei Spielbeginn einen spielfähigen Ball.

DER SPIELVERLAUF

Ein Spielgang beginnt mit einer Angabe und endet mit einem Fehler. Ein Schlag wird mit geschlossener Faust ausgeführt, die Annahme erfolgt ebenso mit geschlossener Faust. Zwischen den Ballkontakten muss der Ball einmal den Boden berühren. Nach jedem Schlag hat er zuerst im eigenen Feld aufzukommen.

Mehrmaliges Berühren des Balles durch eine:n Spieler:in gilt ebenso als Fehler wie ein Kontakt, der nicht mit Hand, mit offener Hand, Unterarm entsteht oder eine Berührung des gegnerischen Spielfeldes, bzw. des Bandes. Der Ball darf Band, den Hallenboden außerhalb des Spielfeldes und die Hallendecke nicht berühren. Im Freizeitbereich, bei Turnieren bzw. beim Training kann auch im Freien gespielt werden.

