

**Aufgabenstellung:**

- Zwei Spieler:innen verbinden sich mit einem Therapieband und bilden ein Team
- Teamweise wird gegeneinander z. B. Beach-Volleyball nur im Baggern gespielt

**Steigerung/Variationen:**

- Therapieband-Kräftigungsübungen als Team im Warm-Up nutzen
- Therapieband-Verbindung bereits im Warm-Up z. B. für Einlaufen, Ballkontrolle usw. anwenden



**Material:**

Sport-Thieme Beachvolleyball „Beach Pro“	286 2503	
Sport-Thieme Volleyball „Gold Cup Pro 2022“	315 7406	
Sport-Thieme Therapieband „150“	225 5008	