

Standwurf/ Positionswurf



**Führhand
neben
dem Ball**



**Knie
beugen**

**Wurfhand
unter
dem Ball**



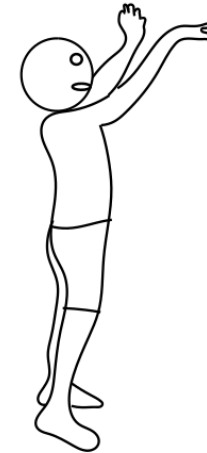
**Ellenbogen
beugen**

**Ball
über
Kopf
führen**



**Knie
strecken**

**Ellenbogen
strecken**



**Zehen-
spitzen-
stand**

**Wurfhand
abklappen**