

## Lacrosse

Lacrosse zählt zu den schnellsten Ballsportarten auf zwei Beinen und bildet die perfekte Kombination aus Schnelligkeit, Schusstechnik, Taktik und Teamgeist. Das primäre Ziel dieses Mannschaftssports ist es, mit einem Hartgummiball, der mittels Netzschlägern gepasst und befördert wird, Tore zu erzielen. Es werden Grundtechniken (Ballführung, Passspiel, Torschuss, u.a.) sowie das Verhalten bei Angriffs- und Verteidigungssituationen trainiert. Zur Grundausrüstung gehört ein Schläger, ein Ball und ein Mundschutz.

Während eines Spiels stehen pro Team zehn Spieler auf dem Feld. In der Regel bestehen diese aus drei Angriffs-Spielern, drei Mittelfeld-Spielern, drei Verteidigungs-Spielern und einem Goalkeeper. Mittelfeld-, Verteidigungs- und Angriffsspieler können beliebig die Positionen wechseln, jedoch dürfen zu jeder Zeit nicht mehr als sechs Spieler jeder Mannschaft in dem äußeren Drittel des Feldes, hinter der sogenannten Restraining Line, sein.

Lacrosse Sixes ist die neueste Variante des Lacrossesports und ist sowohl für den Breitensport als auch für die Aufnahme des Lacrossesports in das Programm der Olympischen Spiele entwickelt worden. Diese Form macht das Spiel noch schneller und intensiver.

Lacrosse verbindet kognitive und körperliche Leistung und vereint dabei Aspekte verschiedenster Sportarten.

In diesem Sinne: Sticks up and seid dabei!

**Ort:** TH

**Zeit:** Do: 15.20-16.50 Uhr

**Dauer:** 90 min

**Klasse:** 7-9

**Anzahl:** 16

