

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 8 (1951)

Heft: 10

Rubrik: Volley-Ball (Flugball)

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 02.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Volley-Ball (Flugball)

In Nr. 3/1949 unseres Blattes brachten wir eine Einführung für Volley-Ball. Leider war die Nummer bald vergriffen. Die Nachfragen nach den Regeln dieses Spieles aber mehrten sich. Deshalb bringen wir heute die Spiel-Anleitung in verbesserter Auflage und in Anlehnung an die vom Internationalen Volley-Ball-Verband (FIVB.) verbindlich erklärten Spielregeln. Es kann sich dabei nicht um ein lückenloses Regelwerk handeln, doch genügt es fraglos für alle Anfänger und für alle nicht offiziellen Wettkämpfe. Red.

Wert des Spiels

Wenn Volley-Ball auch kein Kampfspiel «par excellence» ist wie Fussball, so weist es doch so viele gute Eigenschaften auf, dass es in Vorunterricht, Schule und Vereinen — ja, dass es von Senioren und Junioren beiderlei Geschlechts mit grossem Gewinn gespielt werden kann. Und dort, wo «Meister» am Werk sind, kann dem Spiel auch der grösste Skeptiker die «männliche Rasse» nicht absprechen. Die hervorragendsten Eigenschaften des Spieles sind:

1. Einfaches Regelwerk;
2. Es kann überall (Turnplatz, Wiese, Wald, Badestrand, Halle, etc.), auch bei einfachsten Platzverhältnissen, gespielt werden;
3. Es eignet sich besonders gut für kleine Gruppen von 6 bis 12 Spielern;
4. Es fördert Sprungkraft, Stellungsspiel, Geschicklichkeit und Beweglichkeit und in hohem Masse die Reaktionsfähigkeit;
5. Es kann ohne weiteres auch von Mädchen und Frauen gespielt werden;
6. Alle Spieler kommen gleichmässig zum «Zug» (s. Rotation), der Spielfresser muss sich einordnen.

1. Spielgedanke:

Dem Volley-Ball liegt der gleiche Spielgedanke zugrunde wie dem Faust-Ball. (Lies trotzdem weiter, lieber, junger Springinsfeld!) Zwei Mannschaften stehen sich — getrennt durch ein Netz oder eine Schnur — gegenüber. Jede hat die Aufgabe, den vom Gegner zugespielten Ball mit den Händen über das Netz ins gegnerische Feld zurückzuschlagen. Der Ball darf aber im eigenen Feld den Boden nie berühren. (Dadurch wird Volley-Ball viel rascher als Faustball!) Dagegen ist jede Partei bestrebt, durch geschicktes Spiel den Ball so zu leiten, dass er den Boden beim Gegner berührt oder von diesem nicht mehr regelrecht zurückgeschlagen werden kann. Gelingt dies einer Partei, so bucht sie einen Punkt für sich. Die Mannschaft mit der höheren Punktzahl wird Sieger.

2. Spielgerät:

Als Spielgerät verwenden wir am besten den speziellen, leichten Volley-Ball (Umfang: 65—68,5 cm; Gewicht: 250—300 g). Selbstverständlich dient für nicht offizielle Spiele auch ein leichter Hand-, Faust-, Wasser- oder Fussball.

3. Spielfeld:

Das Normalspielfeld ist ein Rechteck von 18 m Länge und 9 m Breite. Für Schüler gelten als offiz. Masse: 15 x 7,5 m. Je nach Spielerzahl und deren Spielfertigkeit kann der Platz grösser oder kleiner sein, doch sollen die Masse wenn möglich inne gehalten werden. Die Grenzlinien müssen genau bezeichnet sein. — Durch eine Mittellinie (Querlinie) wird das Feld halbiert. Genau über dieser Halbierenden wird ein 90 cm breites (hohes) und 9 m langes Netz in 2,43 m Höhe (oberer Rand) straff gespannt. Diese Höhe gilt für Männer und Junioren. Für Frauen und Töchter beträgt die offiz. oberste Netzhöhe 2,24 m, für Schüler und Schülerinnen 2,10 m. Ist ein Netz nicht vorhanden oder unerschwinglich, so dient auch eine gut sichtbare Schnur oder ein Grenzband. Zur Befestigung in der Halle verwendet man Haken, starke Schrauben oder hohe Sprungständer. Im Freien genügen zur Not auch Pfosten, Stangen, event. zwei passende Bäume, etc.

4. Mannschaft:

Jede Mannschaft stellt 6 Spieler (innen) und 1—6 Ersatzspieler. Natürlich kann diese Zahl — wie Platzgrösse, Netzhöhe oder Ballart — bei nicht offiziellen Spielen beliebig abgeändert werden. Es ist aber aus verschiedenen Gründen ratsam, sich wenn immer möglich an die vorgeschriebenen Masse u. Zahlen zu halten. — Jeder Spieler erhält eine Nummer (1—6, Ersatzspieler 7—12). Sehr vorteilhaft für die Spielleitung und Uebersicht ist es, wenn jeder Spieler mit einer Stoffnummer auf Brust und Rücken kenntlich gemacht wird.

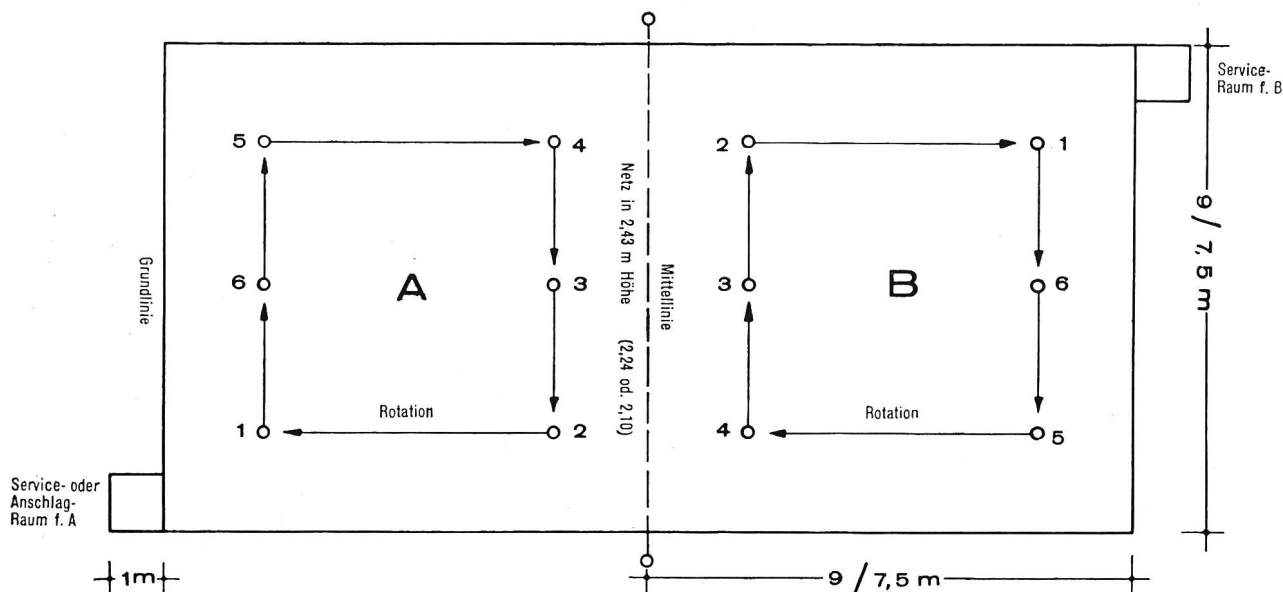
5. Aufstellung:

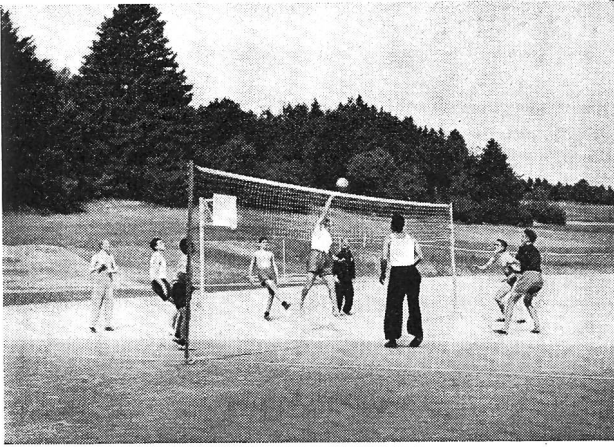
Die Mannschaften stellen sich, je in ihrem Feld, ganz beliebig auf. Bei 6 Spielern pro Mannschaft geschieht dies am einfachsten in 2 Linien zu 3 Mann (siehe Skizze). Die zu Beginn des Spieles einmal gewählte Aufstellung und Reihenfolge der Spieler darf während eines Spiel-Satzes nicht mehr geändert werden.

6. Spieldauer:

Das ganze Spiel besteht grundsätzlich aus 3 (event. 5) «Sätzen». Jeder Satz zählt 15 Punkte. Die Partei, die diese Punktzahl zuerst erreicht hat, hat den Satz gewonnen. Beträgt die Punktdifferenz nicht 2 (z.B. 14:15), so wird so lange weitergespielt, bis ein Unterschied von 2 Punkten eintritt. Nach jedem «Satz» (15 Punkte) erfolgt Platzwechsel. Der Satzverlierer erhält den Service. Gewinnt eine Partei 2 Sätze hintereinander, so hat sie 2:0 gesiegt. Der 3. Satz braucht nicht mehr gespielt zu werden.

Volley-Ball-Spielfeld und Normal-Aufstellung der Mannschaften





Auch in Magglingen wird Volley-Ball gespielt.

7. Schlagarten:

Der Ball wird aus jeder Stellung heraus einzig und allein mit der flachen Innenhand oder beiden Händen geschlagen. Nur bei sehr guten Spielern hat es einen Sinn — dem französischen Regelwerk entsprechend — zu erlauben, auch Faust, Handkante, Unterarm, Oberkörper und Kopf zu verwenden. Für alle Anfänger ist dies in keiner Weise empfehlenswert, weil sich der Ball mangels sicherer Schlagtechnik des Spielers überall befindet, nur nicht «im Spiel».

8. Service (Anschlag):

Der Service erfolgt aus dem Service-Raum (s. Skizze) nach Aufwerfen des Balles l., durch Flachhandschlag r. von oben herab (Tennis-Smash), von der Seite oder von unten herauf. Der Anschläger muss mit wenigstens einem Bein am Boden bleiben und darf das Spielfeld erst betreten, wenn der Ball das Netz passiert hat. Fliegt der Ball ins Netz oder unten durch, so erfolgt Ballwechsel, d.h. der Gegner erhält den Anschlag. Touchiert der Ball beim Anschlag den Oberrand des Netzes, um aber doch noch ins gegnerische Feld zu fallen, so darf der Anschlag wiederholt werden. Berührt der Ball den Oberrand zum zweitenmal, so verliert die anschlagende Partei den Service an ihren Gegner. Ausser beim Anschlag, darf der Ball das Netz beim Ueberfliegen berühren.

9. Service-Wechsel: (Anschlag- oder Ballwechsel)

Jeder Fehler wird mit Service-Wechsel bestraft, d.h. der Ball muss an den Gegner abgegeben werden und dieser kommt zum Service. Service-Wechsel ist immer verbunden mit:

10. Rotation:

Jedesmal — und nur dann — wenn eine Partei den Service gewinnt, rotieren sämtliche 6 Spieler dieser Partei in Uhrzeigerichtung. Nr. 1 begibt sich an die Stelle von Nr. 6 (s. Skizze), derweil diese an die Stelle von Nr. 5 rückt, usw. Bei der ersten Rotation würde also Nr. 2 an Stelle von Nr. 1 zum Service aufrücken.

11. Spielverlauf und weitere Regeln:

Zu Beginn des Spiels wird gelost. Der Gewinner wählt Anschlag oder Platz. Nr. 1 der Anschlagpartei A steht hinter der Grundlinie im Service- oder Anschlagraum (s. Skizze) und schlägt auf Pfiff des Schiedsrichters an. Fällt der Ball ohne Netztouch auf den Boden des gegnerischen Spielfeldes B, so erhält die Anschlagpartei A einen Gut-Punkt. Zudem darf Nr. 1 so lange weiterfahren mit dem Service, bis der Ball verloren geht. Passiert der Ball die Grenzlinie oder berührt er die Spielpfosten, so verliert die schuldige Partei den Anschlag. Der Ball darf von der gleichen Partei nur dreimal geschlagen werden. Spätestens mit dem dritten Schlag muss er das Netz überfliegen. Gelingt das nicht, werden z.B. vier Schläge oder mehr ausgeführt, fällt der Ball zu Boden, berührt er die Wand oder passiert er die Grenzlinie, so erfolgt Service-Wechsel. Der gleiche Spieler darf den Ball nicht zweimal unmittelbar nacheinander schlagen. Fliegt der Ball ins Netz, so darf er weiter gespielt werden, wenn er nicht den Boden berührt hat und noch nicht dreimal geschlagen worden ist.

Nicht statthaft sind:

1. Ball fangen, festhalten oder werfen;
2. zweimal hintereinander schlagen;
3. berühren oder schlagen des Balles mit Bein oder Fuss;

4. berühren der Mittellinie oder des gegnerischen Feldes mit irgend einem Körperteil;
5. berühren des Netzes in jeder Form;
6. über das Netz hinüber langen;
7. ausser der Reihenfolge anschlagen.

Nach all diesen Verstössen erfolgt Service-Wechsel.

Platzhalten:

Die Spieler der hinteren Reihe dürfen, wenn nötig, zum Schlag bis ans Netz vorrücken, haben aber nach dem Abspiel (kein Smash - Schmetterball) sofort wieder ihren Platz einzunehmen. Der Spielleiter muss hierauf, im Interesse einer gesunden Spielentwicklung (Ballfresser), absolut bestehen.

Spielleitung:

Der Spielleiter steht in der Verlängerung des Netzes, ca 2-3 m vom Pfosten entfernt. Die Linienrichter nehmen an den gegenüberliegenden Ecken Aufstellung. Auch der gewandte Spielleiter muss genau aufpassen, ob tatsächlich ein Punkt erzielt wurde oder ob nur «Ballwechsel» - Servicewechsel vorliegt. Der Schnelligkeit des Spieles wegen ist es nötig, dass dem Leiter ein Schreiber zur Seite steht, der nach Angabe die Gutpunkte der beiden Parteien notiert.

Ein Rat aus der Praxis:

Vor der Freude kommt das Können, d.h. man erlebt den Reiz des Spiels erst nach einiger Uebung. Dabei ist es klar, dass man nicht einfach sämtliche Regeln — es sind weniger als man anfänglich meint — gleichzeitig einführt. Je methodischer man vorgeht, desto grösser ist auch der Erfolg. Fange z.B. zuerst an mit der Erlernung des ein- und zweihändigen Flachhandschlages, ohne Netz oder Schnur. Spiele hierauf mit Netz (Schnur) doch ohne irgendwelche Regeln, ohne Fehlerahndung — einfach fortlaufend hin und wider. Sitzt das, so kannst du den Anschlag (Service) üben und dann eine Regel nach der andern einbauen und System ins Spiel bringen.

Dass es dir gelingen möge, mit diesem wertvollen Spiele Freude und Kräfte zu wecken bei Jung und Alt, das ist unser Wunsch!

Literaturnachweis:

1. Fédération Française de Volley-Ball: Règles officielles du Volley-Ball. 1949.
2. Fédération Française de Volley-Ball: Code d'arbitrage. Règles commentées. Réglementation générale de l'arbitrage. 1949.
3. Hockard: Le Volley-Ball Français. 1946.
4. Braungardt: Turnspiele. Lehrbuch f. Spieler, Spielwarte und Schiedsrichter. 1949.
5. Mortzfeld: Das Spiel im Sport. 1950. Ju.



Volley-Ball fördert Sprungkraft, Beweglichkeit und Reaktion. Der Spieler links „schmettert“ den Ball nach rassisem Sprung und bei totaler Streckung „unhaltbar“ übers Netz. Der Spieler rechts versucht zu blockieren.