

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 26 (1969)

**Heft:** 9

**Rubrik:** Indiaca : ein Spiel für alle

### **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:** 13.01.2026

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

# Indiaca – ein Spiel für alle

## Das Spiel

Aufgabe des Spielers ist es, den Ball so mit der offenen Hand über das Netz in das gegnerische Feld zu schlagen, dass er dort den Boden berührt, bevor der Gegner ihn zurückschlagen kann, also ein Spiel ähnlich dem Feder- oder Volleyball. Die Spielerzahl ist beliebig von 1–6 in jeder Mannschaft. Ein Zuspiel innerhalb der eigenen Mannschaft ist bis zu drei Berührungen möglich; jedoch darf niemand zweimal hintereinander das Gerät berühren.

## Das Spielgerät

Die Indiaca ist ein lederner Handschlagball mit Federn im oberen Teil, die das Gerät nach dem Schlag aufrichten. Je nach den Windverhältnissen kann man das Gewicht und damit die Flugstabilität durch Einlagen von Geldstücken vergrößern.

## Das Spielfeld

Ein Rechteck mit Massen, die sich nach der Spielerzahl richten. In der Mitte ist ein Netz oder eine Leine quergespannt mit der durchschnittlichen Höhe von 2,00 m. Man kann durchaus auf einem Volleyballfeld spielen.

## Die Regeln

Nur der Aufschläger gewinnt Punkte; begeht er Fehler, so wechselt das Aufschlagrecht zur Gegenpartei, deren Spieler dabei ihre Stellung im Uhrzeigersinn wechseln. Fehler sind: Körperberührung mit dem Gerät, Bodenberührung der Indiaca, Ausball, Doppelberührung durch einen Spieler unmittelbar nacheinander. Spieldauer: Nach Vereinbarung eine entsprechende Anzahl von Sätzen zu je 15 Punkten, bis eine Mannschaft 1 oder 2 Sätze mehr als der Gegner gewonnen hat. In jedem Satz müssen mindestens 2 Punkte Vorsprung sein, sonst Fortsetzung. Aufschlag: Der jeweils rechts stehende Spieler der Grundreihe tritt hinter die Feldgrenze und treibt den Ball über das Netz.

## Die Schlagarten

### Grundschlag (Abb. 3)

Der Ball wird in Hüfthöhe gehalten und durch einen Schlag mit der offenen Hand von unten nach oben getroffen.

### Schmetterschlag (Abb. 4)

Der hochgespielte Ball wird vor dem Kopf mit der offenen Hand von oben nach unten geschlagen; möglichst gleich über das Netz, da der Schlag schnell ist und schwer zu erreichen.

## Zur Lehrweise

1. Partnerweise zuspielen mit der Aufgabe: Haltet den Ball möglichst lange im Spiel! Zunächst ohne, dann mit Netz. 2. Mehrere Spieler stehen im Kreis und spielen sich eine Indiaca kreuz und quer zu. Bodenberührung ist ein Minuspunkt. In der Lehrfolge wird zuerst der Grundschlag, dann der Schmetterschlag eingeführt.

Vor allem: Nicht lange Methodik betreiben! — Spielen! Das Spiel ist regel- und spieleinfach. Ein Spiel für jeden!

«Der Übungsleiter»

