

Koordination: Stationentraining-Hindernisparcours

Dieses Hilfsmittel bietet einen Hindernisparcours zur gezielten Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten. Auf die unterschiedlichen Posten werden die Schülerinnen und Schüler gleichmässig aufgeteilt.

[Koordination – Stationentraining-Hindernisparcours](#)

[Koordination – Postenblätter Stationentraining](#)

Quelle: mobilepraxis 38/2008, Ralph Hunziker, Andreas Weber



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO