

# Partnerakrobatik: Schwebender Ring

Bei der Partner-Übung am Reck lernen die Kinder miteinander zu kooperieren. Gleichzeitig werden die Körperspannung trainiert und die Körperwahrnehmung gefördert.

A und B haben die Aufgabe, mit ihren Füßen einen Gegenstand (Ring oder Ball) vom einem Reckende zum anderen zu transportieren, ohne dass der Gegenstand auf den Boden kommt. A beginnt im Hang, mit dem eingeklemmten Ball zwischen den Füßen und hängt sich ans Reck. B hängt sich neben A hin und übernimmt den Ball mit den Füßen. Dasselbe macht B wieder, dann A, so lange, bis der Ball neben dem anderen Reckpfeiler platziert werden kann.



**Bemerkung:** Die Reckstange so hoch einstellen, dass die Füße im Hang den Boden nicht mehr berühren. Die Stange muss durch Hochspringen erreichbar sein. Wird das Reck tiefer gestellt, müssen die Beine angezogen werden.

## Variation

Im Knie-Hang kopfüber wird der Gegenstand mit den Händen weitergegeben.

**Material:** Reck, Gegenstand



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**