

Handgeräte – Reifen: Fettnapf

Bei diesem Zweikampf wird sowohl das Gleichgewicht als auch die Reaktion gefördert. Die Übung verspricht viel Spass und lässt sich auch in Kleingruppen durchführen.

Zweikampf. A und B stehen sich am Reifen gegenüber und geben sich die Hände. Sie versuchen sich gegenseitig in den Reifen zu ziehen.



Variation

Vier oder mehr Kinder geben sich die Hände und versuchen, sich gegenseitig in den Reifen zu ziehen.

Quelle: mobilepraxis 29/2007, Mariella Markmann, Claudia Harder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO