

Mut tut gut – Glanznummern: Gletscherspalte

Diese Übung muss richtig gesichert werden, so wird das Verletzungsrisiko minimiert. Die Kinder können hier ihren Mut unter Beweis stellen.

Zwei Schaumstoffmatten werden an einen Barren gelehnt und bilden so eine «Gletscherspalte».

Die Kinder wagen ein mehr oder weniger riskantes Springen (Fliegen) von Matte zu Matte. Nach «Absturz» mit Hilfe eines Seiles wieder hochklettern.

Bemerkungen: Diese Übung ist mit sehr weichen Schaumstoffmatten und ab der 2. Klasse nicht mehr empfehlenswert!



Material: Sprossenwand, zwei Schaumstoffmatten, Barren, Seil.

Quelle: [Mut tut gut](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO