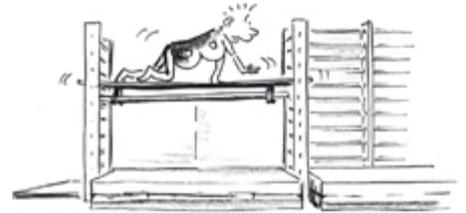


Geräte – Sprossenwand: Mutprobe

Diese Übung verspricht Nervenkitzel. Die Kinder werden beim Überqueren einer Langbank koordinativ und mental gefordert.

Ein Sprossenabteil ausklappen. Auf einer Seite hoch klettern, übersteigen und auf eine Weichmatte springen.



Variation

Zwei ausgeklappte Sprossenabteile werden in der dem Alter angepassten Höhe mit einer Langbank oder mit einem Tau verbunden. Über die Langbank laufen/ kriechen oder am Seil hinüber hangeln.

Material: Seil, Tau, Matten

Quelle: mobilepraxis 17/2006, Claudia Harder, Mariella Markmann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO