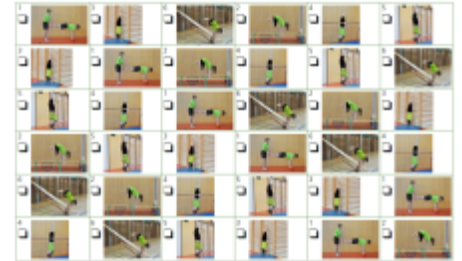


# Handstand: Bingo

Beim Bewegen an Geräten ist spielerisches Üben möglich und attraktiv. Das Bingo-Spiel in drei Schwierigkeitsstufen.

Jede Dreiergruppe erhält eine Bingokarte. Je nach Voraussetzung der Gruppe wird die Vorlage «einfach», «mittel» oder «schwierig» gewählt.

Handstand-Bingo einfach



## Spielablauf

Ein Gruppenmitglied würfelt. Ein Feld, das der gewürfelten Zahl entspricht, darf abgestrichen werden. Danach muss jedes Gruppenmitglied die entsprechende Übung mit oder ohne Partnerhilfe absolvieren. Die Handstandposition soll zwei Sekunden gehalten werden. Die Partner zählen laut, sobald der Turnende die gespannte Handstandposition erreicht hat. Welche Gruppe hat zuerst eine Zeile oder eine Spalte abgestrichen? Welche Gruppe hat zuerst zwei Spalten oder Zeilen abgestrichen?

**Material:** Bingokarten, Bleistifte, Würfel, Postenmaterial

[Handstand-Bingo \(pdf\)](#)

Quelle: Irène Schlupe, Dozentin für Bewegung und Sport, PH St. Gallen



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**