Velofahren: Anhänger

Das Ziel dieser Gleichgewichts- und Orientierungs-Übung ist es, das Fahrrad beherrschen zu lernen. Die Schüler fahren unter erschwerten Bedingungen möglichst schnell eine Strecke ab.

Einen Karton mit einem Seil an dem Sattel anbinden und durch eine vorgegebene Strecke ziehen, ohne die Kegel zu berühren.

Variationen

- Das Seil verlängern
- Zwei Seile unterschiedlicher Längen anbinden.

Material: Kartons, Seile

Quelle: Stéphane Gremaud, Fachleiter J+S Radsport Pete Stutz, Beauftragter Breitensport, Swiss Cycling

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO