

Geräte – Matten: Hängegleiter

Bei dieser Übung ist Teamwork angesagt. Die Kinder packen kräftig an und transportieren einander möglichst schnell mithilfe kleiner Matten.

Personentransport in Fünfergruppen. Eine Schülerin kniet auf der Matte und wird von den anderen vier Schülerinnen transportiert. Nach jedem Durchgang gibt es einen Rollentausch.



Variation

Über Berg und Tal. Verschiedene Hindernisse durchqueren: über Langbänke, unter Barren, Slalom durch Malstäbe, etc.

Material: Malstäbe

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO