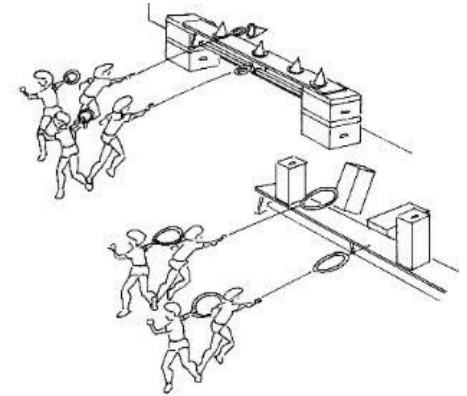


Leichtathletik – Drehwerfen: Wurfbude

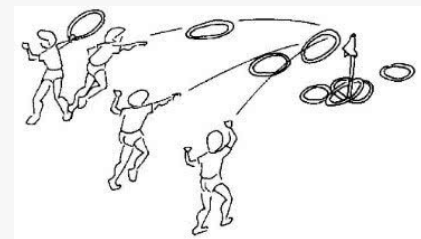
Mit diesem Schleuderspiel auf Ziele wird die Bewegung des Schleuderwerfens praktisch angewandt.

2 Gruppen versuchen mit Velopneus, aus einer vorgegebenen Distanz, Hütli oder Kisten auf einer erhöhten Langbank oder einem Schwedenkasten zu treffen. Zeitspanne vorgeben (z.B. 30sek) und anschliessend Anzahl heruntergeworfener Hütli/Kisten zählen.



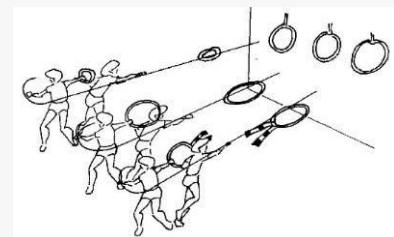
Variationen

schwieriger



Die Gruppen versuchen anstatt Hütli/Kisten zu treffen, Malstäbe zu überwerfen.

Die Gruppen versuchen mit den Gummiringen durch Reifen, welche mit einem Seil an den Ringen aufgehängt sind, zu treffen.



Quelle: Swiss Athletics



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO