

Off-Snow-Training für Skilanglauf: Positionieren – Spiele: Taschendieb

Für einen flüssigen Spielverlauf braucht es Reaktion und Orientierung. Verbessert wird auch die Geschwindigkeit.

Auf einem mit Markierkegeln begrenzten Feld (zum Beispiel einem Viereck von 10 × 10 Meter) laufen die Kinder frei herum. An ihren Kleidern stecken fünf Wäscheklammern. Jedes Kind versucht, diese ihren Kameraden abzunehmen und sich selbst anzustecken. Hat ein Kind keine Klammer mehr, bleibt es trotzdem im Spiel.

Wer nach einer vom Spielleiter bestimmten Zeit am meisten Klammern trägt, hat gewonnen. Jeglicher Körperkontakt ist verboten.



Variationen

einfacher

- Bei Spielbeginn den kleinen Kindern mehr Klammern geben.

schwieriger

- Den grösseren Kindern weniger Klammern geben.
- Den Kleiderbereich einschränken, an dem die Klammern befestigt werden (zum Beispiel nur am T-Shirt).
- Mit einer Hand im Rücken spielen.

Material: Vier Markierkegel, fünf Wäscheklammern pro Kind

Quelle: Charles Pralong (Swiss-Ski), Edi Zihlmann (Swiss-Ski), Harry Sonderegger (J+S)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO