Trickreiche Spiele – Sport Stacking: Turmserie

Diese Übung wir in einer Stafettenform durchgeführt. Jede Gruppe muss Dreierstapel auf einem Schwedenkasten auf- und abbauen.

Stafettenform. Jede Gruppe besteht aus vier Spielerinnen und hat in zehn Meter Entfernung von der Startlinie einen Schwedenkasten mit drei Dreierstapeln Becher darauf. Auf dem Weg zum Kasten steht ein weiterer Dreierstapel am Boden.

Auf Kommando laufen die Startspielerinnen zum Stapel am Boden und bauen einen Dreierturm auf, rennen zum Schwedenkasten und bauen eine «3-3-3»-Formation auf und ab, kehren zum Stapel am Boden zurück, bauen den Dreierturm wieder ab und klatschen bei der Startlinie die nächsten Spielerinnen ab etc.

Variation

Die Startspielerin baut alle Türme nur auf, die zweite baut alle ab, etc.

Material: Schwedenkasten

Quelle: «mobilepraxis» 21/2006

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO