

# Eislauf: Menshencurling

Eine Übung für die Schülerinnen, in der sie ihre Kraft dosieren lernen. Zudem fördert sie das Gleichgewicht und die Zusammenarbeit mit den Mitschülerinnen.

Der Skip (A) stösst den «Curlingstein» (B) in der «Päckliposition» nach einem festgelegten Anlauf auf die Curlingbahn. Erreicht B die erste Linie, erhält A einen Punkt. Erreicht B die zweite Linie, ergibt dies zwei Punkte für A. Die Linien werden mit Verkehrshüten markiert. Wer sammelt in drei Durchgängen die meisten Punkte?



## Variation

Zwei gegen zwei. Es treten jeweils zwei Paare gegeneinander an.

Quelle: mobilepraxis 23/2006, Ina Jegher, Karin Heim



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**