

Frisbee: Zielwurf

In dieser Übung lernen die Spielenden verschiedene Distanzen die Scheibe flach und genau zu werfen. Kann auch als Wettkampf durchgeführt werden.

Vier Matten an die Wand stellen und mit Kreide darauf jeweils einen Kreis (Durchmesser circa ein Meter) zeichnen. Mit Malstäben Abstände von fünf, zehn, zwölf und fünfzehn Metern markieren.

Zwei Schülerinnen haben zusammen eine Scheibe. Beide beginnen bei der geringsten Distanz und versuchen, den Kreis zu treffen. Gelingt dies beiden zwei Mal, gehen sie zur nächst höheren Distanz.



Quelle: mobilespraxis 39/2008



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO