

## Velofahren – Basics vermitteln: Basics 2 – Slalom-Game of B.I.K.E

Bei dieser Slalom-Spielform wenden die Schülerinnen und Schüler auf einem Slalom-Parcours mehrere Techniken an.



Die Teilnehmenden teilen sich in kleinen Gruppen auf und bekommen pro Gruppe 10 Hütchen. Nun darf die erste Person einen eigenen Slalom legen. Der Slalom kann auf dem Platz oder im Gelände gelegt werden. Wer den ersten Slalom gelegt hat, zeigt diesen vor, alle Teilnehmenden versuchen ihn zu wiederholen. Wer das beim ersten Versuch nicht schafft, erhält den Buchstaben «B». Dann kann die nächste Person die nächste Aufgabe auswählen. Sollte bei jemandem auch die zweite Aufgabe nicht gelingen, erhält diese den Buchstaben «I». Wer zuerst alle vier Buchstaben des Wortes «B.I.K.E.» bekommt, hat verloren. Es wird solange gespielt bis der/die Sieger/in erkoren ist.

### Bemerkungen

- Auch beim Nichtgelingen sollte trotzdem die Zeit da sein, diesen ein paar Mal zu probieren. Die Verlierer/innen haben zwar keine Chance mehr auf den Spielsieg, dürfen aber trotzdem weiterspielen.
- Falls jemand zu schnell ausscheiden sollte: das Wort auf «B.I.K.I.N.G» verlängern!

## Variationen

- Schwierigkeit der Aufgaben
- Gelände
- Trickkombinationen (aneinandergereiht)\*
- Jemand kann eine Linie vorfahren und die anderen fahren diese nach.

## Rahmenbedingungen

**Terrain:** flacher Platz, Gelände, Trail, Pumptrack

**Material:** –

**Gruppengrösse:** 2-4

**Organisationsform:** alle gegen alle

**Technik:** verschiedene Techniken

**Zeit:** 20min

**Niveau:** F1, F2

\* Bei den Spielformen ist jeweils gekennzeichnet für welches Niveau sie sich eignen. Der Vollständigkeit halber sind auch Variationen dabei die nicht auf dem Niveau Basics geübt werden können. Diese sind mit einem Stern gekennzeichnet.

---

Quelle: Tabea Ulmer, Projektleiterin Breitensport Swiss Cycling; Daniela Keller, J+S Radsport-Expertin; Flurin Dörig, Ausbildungsverantwortlicher Swiss Cycling Guide



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**