

J+S-Kids – Klettern und Stützen: Berg übersteigen

Das Ziel der folgenden Übung ist es ohne Anstrengung und Angst über die Sprossenwand zu klettern. Meist können sich Kinder gut selber einschätzen, sollten aber nicht überfordert werden.



Die Kinder überklettern eine ausgestellte Sprossenwand auf der von ihnen gewählten Höhe.

Variationen

- Auf der einen Seite hinauf-, auf der anderen Seite hinunterklettern.
- Die Aussicht auf dem Berg geniessen.
- Auf der einen Seite hinaufklettern, auf der anderen Seite auf eine dicke Matte runterspringen.
- Eine Langbank wird so steil wie möglich an der Sprossenwand befestigt. Die Kinder klettern nun der Langbank entlang hoch.

Sicherheitshinweis: Am Boden sind Matten zur Sicherung ausgelegt.