

J+S-Kids – Klettern und Stützen: Sprossenwand quer

In dieser spielerischen und spannenden Übung überqueren die Kinder mit sicheren Kletter- und Stützbewegungen die Sprossenwand, ohne auf den Boden zu stehen.



Die Kinder klettern wie Affen entlang der Sprossenwand und pflücken dabei Bananen (Spielbänder sind an den Sprossen auf verschiedenen Höhen befestigt).

Variationen

schwieriger

- An der Sprossenwand durch horizontal und vertikal befestigte Reifen klettern (mit Seilen oder dafür vorgesehene Halterungen).
- Mit dem Rücken zu den Sprossen klettern.
- Zwei Kinder klettern zusammen und halten je ein Seil in der Hand (nicht festbinden!).

Material: Sprossenwand, evt. Seile und Reifen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO