

J+S-Kids – Balancieren: Flamingofangis

Das Ziel der folgenden Übung ist es aus der Bewegung eines Spiels heraus eine Gleichgewichtsfigur auszuführen und die Balance zu halten.



Die Kinder spielen eine Fangisform. Wer gefangen wird, bleibt auf einem Bein stehen, bis er/sie erlöst wird.

Variationen

- Die Kinder dürfen auf 10 zählen und dann das Bein wechseln, wenn sie über lange Zeit nicht erlöst werden.
- Verschiedene Gleichgewichtsfiguren ausführen.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO