

# J+S-Kids – Klettern und Stützen: Kletterlandschaft

In dieser Übung können die Kinder vielseitige Erfahrungen sammeln sowie sicher und situationsangepasst klettern lernen. Meistens können sie sich dabei selber gut einschätzen.



Es gibt verschiedene Geräte, die zum Klettern einladen, allen voran Barren und Reck. Diese werden so aufgestellt, dass die Kinder über mehrere schräg gestellte Holme und Reckstangen klettern können.

## Variationen

- Ein Reck wird mit 2 oder 3 Stangen auf verschiedenen Höhen bereitgestellt. Die Kinder klettern in einer 8 nach oben und nach unten oder versuchen andere Wege zu finden.
- Barren: Die Kinder klettern in einer 8 um die Holme des Barrens.
- Barren: Die Kinder klettern hängend durch den am Boden mit Matten gesicherten Barren.
- Tau, Kletterstange, Sprossenwand, Schaukelringe, Seilkonstruktionen.

**Material:** Verschiedene Geräte, z.B. Barren, Reck, Tau usw.

**Sicherheitshinweis:** Der Boden (Sturzraum) wird mit Matten ausgelegt

und ist frei.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**