

Burner Games – Vollgas: Pärchen-Sitzball

In Zweier-Teams wird Sitzball gespielt. Erlöst wird man, wenn der Partner einen erlöst oder wenn man einen herumliegenden Ball erwischt.

Anzahl Spielende	16-40
------------------	-------

Intensität	xxx
------------	-----

Materialaufwand	x
-----------------	---

Zeitaufwand	x
-------------	---



Es werden Zweierteams gebildet, die zusammen spielen. Es wird Sitzball gespielt: Wer abgeworfen wird, muss sich hinsetzen. Mit dem Ball darf nicht gelaufen werden, die Partner dürfen sich aber gegenseitig zuspelen. Erlöst werden kann man, wenn man einen herumliegenden Ball erwischt oder vom Partner einen zugespelt erhält. Jedes Team muss darauf achten, dass nicht beide Spieler abgeworfen werden. Passiert dies, müssen beide Spieler eine Zusatzaufgabe ausführen (Runden ums Feld laufen, Rumpfbeugen...), bevor sie wieder mitmachen dürfen. Wer den Ball fangen kann, gilt nicht als abgeworfen. Er darf zur Belohnung 3 Schritte mit dem Ball laufen.

Material: 6-8 Softbälle

Quelle: [Muriel Sutter, Burner Games](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO