

Erwachsenensport – Spielerische Ausdauer: Becher stapeln

In diesem spielerischen Wettkampf treten zwei Trainierende gegeneinander an. Eine Person versucht – während der andere Runden läuft – möglichst viele Becherstapel aufzustellen.



Zu zweit. Wie oft kann A einen Sechserturm aufstapeln und wieder zusammenstellen, währenddem B eine, zwei oder mehrere Runden läuft.

Material: Stapelbecher

Quelle: mobilepraxis 05/2007, Philipp Schmid, Corina Mathis, Andreas Heiniger, Michael Ochsenbein, Alain Dössegger, Patricia Steinmann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO