

# Zirkus in der Schule – Diabolo: Einstieg – Stabroller

Diese Übung vermittelt ein Gefühl für das Diabolo. Dabei wird es über die Schnur hin- und hergerollt.

**Grundposition (Spielstart).** Der Stab der Treibhand führt einen Kreis um das Diabolo herum. Den Stab in Längsrichtung in die Achse des Diabolos schieben. Zum Auflösen das Diabolo vom Stab zurück auf die gespannte Schnur rollen lassen.

## Wissenswert

- Ein Diabolo besteht aus zwei Halbschalen, die durch eine Achse verbunden sind. Diese Konstruktion wird mit einer Schnur und zwei Stäben angetrieben. Durch Reibung wird Energie auf das Diabolo übertragen und das Gerät so in Bewegung gesetzt.
- Je schneller ein Diabolo dreht, desto stabiler liegt es auf der Schnur. Grundsätzlich treibt die stärkere Hand (Treibhand) durch rhythmische und ruckartige Bewegungen das Diabolo an. Die schwächere Hand (Korrigierhand) stabilisiert und balanciert aus.
- Wichtig: immer hinter dem Diabolo stehen, die hintere Halbschale zeigt also immer zum Körper. Notfalls muss sich der Spieler mit dem Diabolo mitbewegen.
- Das Geheimnis des Korrigierens liegt in den Stabspitzen: In der Grundposition ist der Abstand der beiden Stabspitzen zum Körper des Spielers identisch. Kippt das Diabolo nach vorne oder nach hinten, muss die Position der beiden Stabspitzen zueinander verändert werden. Rechtshänder (rechte Treibhand) korrigieren dabei die Lage des Diabolos mit der rechten Hand.

---

Quelle: Claudia Aldini, Direktorin Circo Fortuna di Bioggio, Artistin und Clownin



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**