

Zirkus in der Schule – Akrobatik: Die Schlangenrolle vorwärts

Die Schülerinnen bilden eine Reihe und führen eine nach der anderen eine Rolle vorwärts aus. Die «Schlange» kommt so in die Vorwärtsbewegung.

Eine beliebige Anzahl von Teilnehmenden steht mit gegrätschten Beinen hintereinander. Jeder Einzelne greift mit seiner rechten Hand durch seine Beine hindurch und erfasst damit die linke Hand der dahinterstehenden Person.

Sobald sie sich gefasst haben machen alle gemeinsam zwei grosse Schritte, die erste Person der Reihe rollt zur Rückenlage ab und zieht dabei die ganze Schlange um einige Schritte weiter vor, so dass die nächste rollen kann.

Dies wird fortgesetzt, bis sich alle in der Rückenlage befinden. Dann steht die hinterste Person auf und geht mit gespreizten Beinen an die Spitze der Schlange, so dass sie die anderen Personen im Vorbeigehen wieder in den Stand zieht.

Quelle: Claudia Aldini, Gründerin und Direktorin des Circo Fortuna, Bioggio, Artistin, Clown der Stiftung Theodora; Roberto Gerboles, Schauspieler, Mime, Autor, Dramaturg und Regisseur



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO