

# Zirkus in der Schule – Akrobatik: Die Kettendoppelrolle vorwärts

**Eine koordinative Herausforderung: In dieser Nummer wird die Kettenrolle durch drei oder mehr Schülerinnen und Schülern durchgeführt.**

Ausgangsposition wie «Kettenrolle» nur mit drei (oder mehr) SuS. A liegt am Boden, B und C stehen an dessen Kopfende links und rechts von A und umfassen mit der jeweils inneren Hand ein Fussgelenk von A. A fasst derweil den inneren Knöchel von B und C.

Auf Kommando beugen sich B und C nun vorwärts, stützen mit der freien Hand am Boden ab und machen gleichzeitig die Rolle vorwärts, bis A steht. A beugt sich weiter nach vorne und macht die Rolle vorwärts usw. Auf Kommando kann nun gemeinsam vorwärtsgerollt werden. Die selbe Rolle kann man auch mit mehreren Personen machen.

---

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**