

# Zirkus in der Schule – Akrobatik: Die Kettenrolle vorwärts

**Diese Nummer wirkt schnell spektakulär: Eine Schülerin liegt, die andere steht. Sie fassen sich jeweils an den Fussgelenken, die stehende Schülerin macht die Rolle vorwärts.**

A liegt mit angehobenen, leicht gegrätschten Beinen auf dem Boden. B steht in gebeugter Haltung an deren Kopfende, die Füße sind neben den Ohren. Beide fassen sich gegenseitig an den Fussgelenken. A winkelt die Beine an und stellt die Füße auf den Boden (nahe am Po), während B sich vornüberkippen lässt.

B stützt sich mit den Armen auf den Füßen, nimmt den Kopf möglichst nah zur Brust und rollt am Boden ab. B zieht durch ihr Körpergewicht A hoch, gleichzeitig bremst A die Rollbewegung von B usw. Rollbewegung fortführen.

---

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**