

Leichtathletik – Stab: Über den Stangenwald balancieren

Die Schüler/innen nutzen was im Wald zu finden ist und stellen einen Rundgang im Zick-Zack-Kurs her. Bei der Übung balancieren sie über die Elemente und versuchen den Boden nicht zu berühren.



Über einen wild ausgelegten Zick-Zack-Kurs von Stäben und Elementen im Wald balancieren.

Bemerkung: Achtung, Hindernisse können sich z.T. drehen.

Variation

schwieriger

Nur auf den Fussballen balancieren.

Material: Holzstäbe

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO