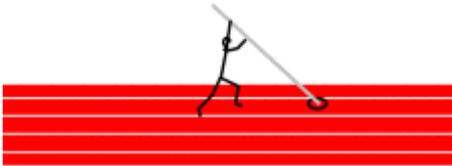


Leichtathletik – Stab: Fischen

Bei dieser Übung werden die Einstichgenauigkeit und die Distanzeinschätzung beim Anlauf trainiert. Durch mehrere Durchgänge verbessert sich der/die Schüler/in.



Die Schüler/innen versuchen aus dem Sprinten (ca 10-15m), ein am Boden ausgelegtes Ringli mit möglichst hohem Einstich zu treffen.

Material: Stab, Ringli

Quelle: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO