

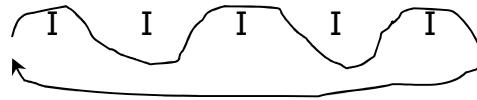
Einstimmen „Koordination & Kondition“

Sozialform : 2er oder 4 er Gruppen

Ablauf : 2 Jugendliche Joggen, 2 Jugendliche führen Posten aus:
Musikunterstützung wenn nötig: Wechsel nach ca. 3 min.



Hopsler Hüpfen im Slalom



Balancieren

- A) Kreuzen
- B) Mit Ball prellen
- C) Rückwärts

2 Bänkli mit schmaler Seite oder Reckanlage



Rollbrett fahren

- A) Sitzend
- B) Kniend
- C) Stehend



Ballon Jonglage oder mit Tücher oder Bällen



Brett balancieren oder Pedalo



Schreibe auf!

Meine wichtigsten Lernfortschritte:

Empty box for writing learning progress.