

## Sprintstaffel über Balken

### Material:

Schaumstoffblöcke

### Organisation/Ablauf:

Es werden fünf bis acht Schaumstoffblöcke in einem Abstand von etwa vier Metern auf der Laufbahn aufgestellt. Die Schaumstoffblöcke sollen auf dem Hinweg möglichst schnell überlaufen werden. Zurück sollen die Läuferinnen und Läufer an den Schaumstoffblöcken vorbeilaufen. Durch Abklatschen erfolgt das Signal für den Start der nächsten Person (Bild 1).

