

Belastungsrollball

Material:

Zwei kleine Kästen, Langbank oder Zauberschnur, zwei Hütchen

Organisation/Ablauf:

Zwei Teams stehen sich gegenüber und rollen sich unter einer Bank einen Ball zu. Nach jedem Abspiel wird um das Hütchen gelaufen und sich wieder angestellt. Am Hütchen können immer wieder Zusatzaufgaben gestellt werden, wie Liegestütz, Kniebeuge, Bauchlage usw. (Bild 1).

Variation:

Das Spiel kann auch als Wettkampf ablaufen. Dabei darf der Ball nicht hinter eine vorher definierte Linie rollen. Sobald der Ball die Linie passiert, gibt es einen Punkt für die gegnerische Gruppe. Gewonnen hat das Team, das als erstes zehn Punkte erreicht hat oder nach einer vorher definierten Zeit die meisten Punkte hat.

