

Koordinationsleiter 8

Material:

Koordinationsleiter – alternativ Stäbe benutzen, Seile dabei als Seitenmarkierung einsetzen

Organisation/Ablauf:

Durch die hingelegte Leiter laufen und neben der Leiter zurück zum Startpunkt gehen

Aufgabe:

- Kniehebelauf seitwärts (Bilder 1 und 2) mit zwei Kontakten durch die Koordinationsleiter

