

Koordinationsleiter 14

Material:

Koordinationsleiter – alternativ Stäbe benutzen, Seile als Seitmarkierung einsetzen

Organisation/Ablauf:

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

Aufgabe:

- Beidbeinig hüpfen mit einem Kontakt pro Feld (Bild 1), steht ein Hütchen in der Leiter, muss ein Spreizsprung durchgeführt werden (Bild 2). Steht neben dem Feld ein Hütchen, muss ein Strecksprung durchgeführt werden (Bild 3).

