

## Bälle werfen und fangen 2

### Material:

Zwei Bälle

### Organisation/Ablauf:

Stelle dich mit etwa schulterbreit aufgestellten Füßen hin. Halte in jeder Hand einen Ball. Versuche, die Bälle mit paralleler Armhaltung (Bild 1) möglichst gerade nach oben zu werfen und mit überkreuzten Armen wieder aufzufangen (Bild 2). Versuche, die Bälle unterschiedlich hoch zu werfen.

