

Korbleiter

Material:

Basketball, Koordinationsleiter, Basketballkorb

Organisation/Ablauf:

Laufe auf dem Hinweg mit zwei Kontakten durch die Koordinationsleiter und kreise dabei den Ball um die Hüfte (Bild 1). Versuche, am Ende der Leiter einen Korb zu erzielen (Bild 2). Laufe außen an der Leiter vorbei zurück zum Startpunkt. Wiederhole diesen Vorgang mehrmals.

