

Schaubild 1

## Balancieren auf dem Seil

Material: 1 langes Seil, 1 Bohnensäckchen, 1 Bierdeckel

An dieser Station kannst du folgende Übungen machen:

Balanciere 2x vorwärts auf dem Seil entlang!

Balanciere 2x rückwärts auf dem Seil entlang!

Balanciere 2x seitwärts auf dem Seil und überkreuze dabei die Füße!

Balanciere 1x mit dem Bohnensäckchen auf dem Kopf über das Seil!

Balanciere 1x mit dem Bierdeckel auf dem Kopf über das Seil!

**Fertig? Schleiche nun auf deinen Platz zurück und arbeite konzentriert weiter!**

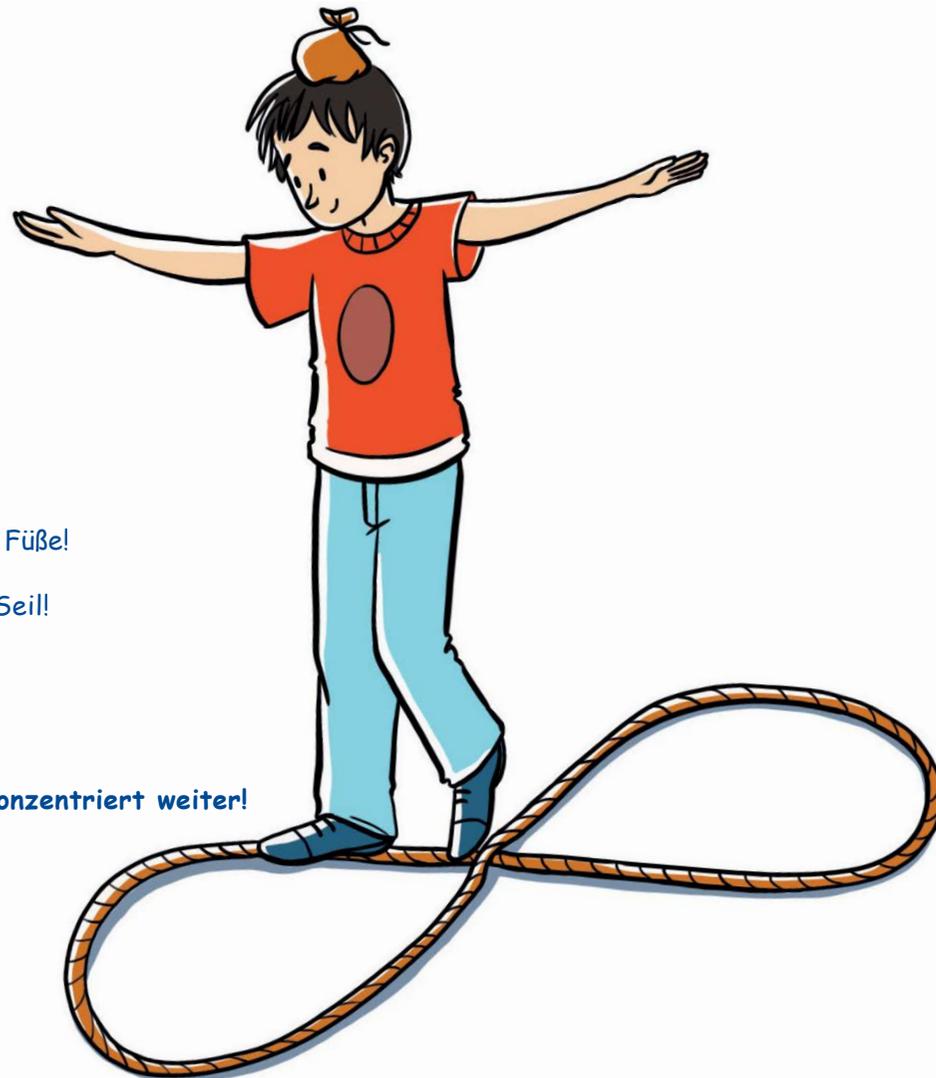


Illustration: Anna-Lena Kühler