

Station 1



Rückhandwurf

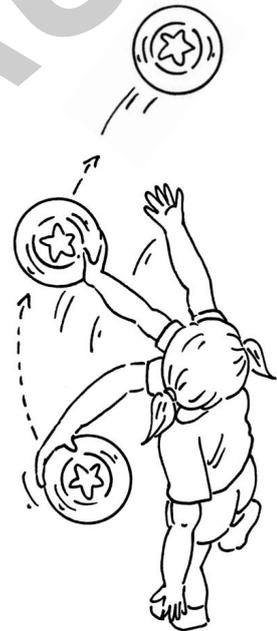


Du brauchst:

- 1 Frisbee® 

Stellt euch einander gegenüber.

Werft euch das Frisbee® im Rückhandwurf zu.



Station 2



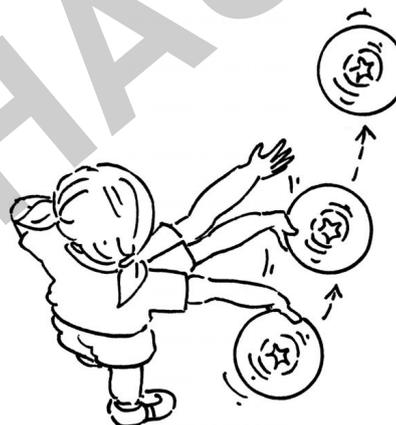
Vorhandwurf



Du brauchst:

- 1 Frisbee® 

Stellt euch einander gegenüber.
Werft euch das Frisbee® im Vorhandwurf zu.



VORSCHAU

Station 3



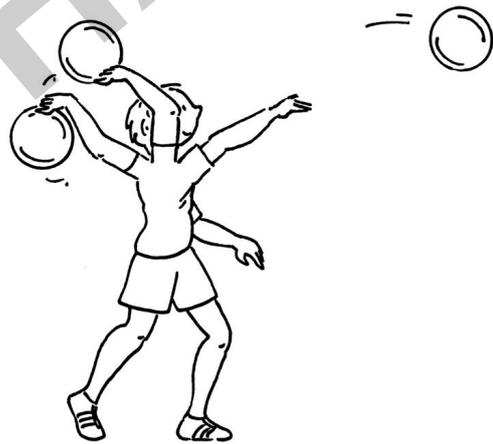
Überkopfwurf



Du brauchst:

- 1 Frisbee® 

Stellt euch einander gegenüber.
Werft euch das Frisbee® im Überkopfwurf zu.



Station 4



Fangen

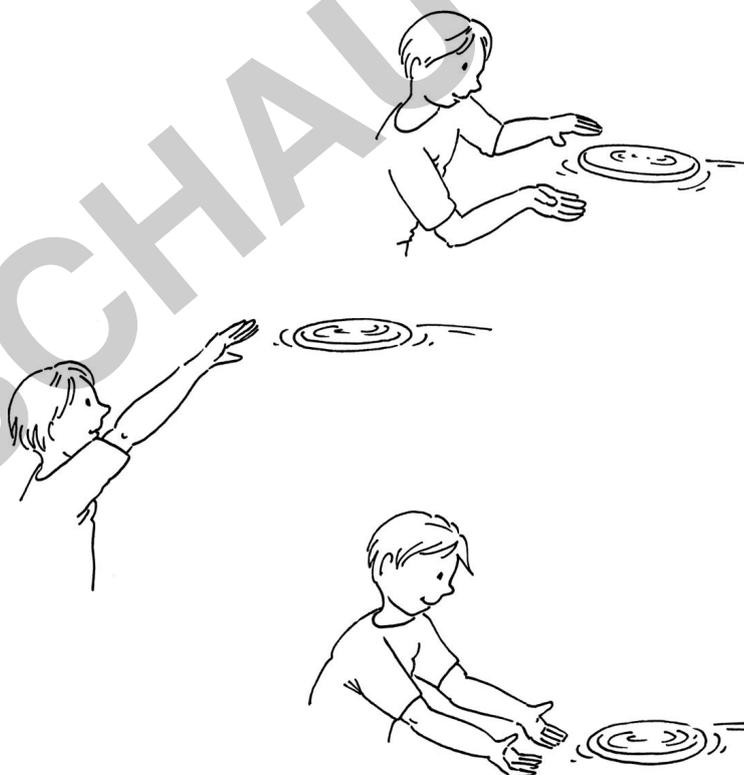


Du brauchst:

- 1 Frisbee®



Stellt euch einander gegenüber.
Werft euch das Frisbee® zu.
Fangt das Frisbee® in den
verschiedenen Fangtechniken.
Mit welcher Fangtechnik fängst du das
Frisbee® am sichersten?



Station 5



Frisbee®-Kreisel



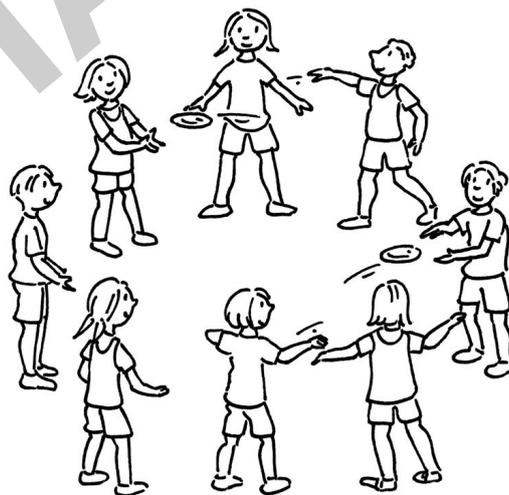
Du brauchst:

- 2 Frisbees® 
- Leibchen für eine Mannschaft 

Bildet zwei Mannschaften und stellt euch abwechselnd im Kreis auf.

Zwei Schüler verschiedener Mannschaften, die einander gegenüberstehen, bekommen je ein Frisbee®. Auf ein Startsignal müsst ihr die Frisbees® reihum zum nächsten Spieler eurer Mannschaft werfen.

Das Team, das das Frisbee® der anderen Mannschaft einholt, gewinnt.



Station 6



Frisbee® oder ich?



Du brauchst:

- 1 Frisbee® 

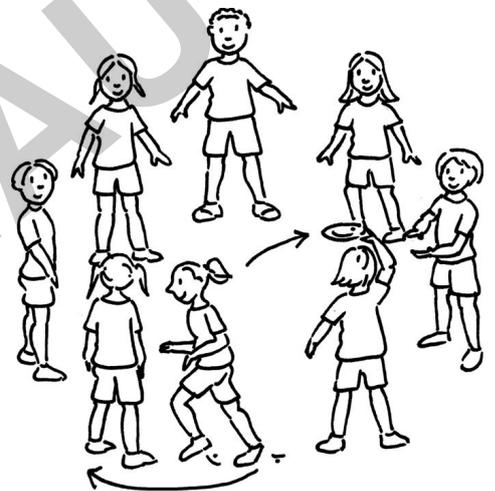
Stellt euch im Kreis auf.

Ein Kind beginnt und wirft das Frisbee® zum rechten Nachbarn.

Dann läuft es links herum außen um die Mitspieler herum.

Die Mitspieler werfen das Frisbee® weiter rechts herum im Kreis.

Wer ist schneller zurück am Platz? Das Kind oder das Frisbee®?



Station 7

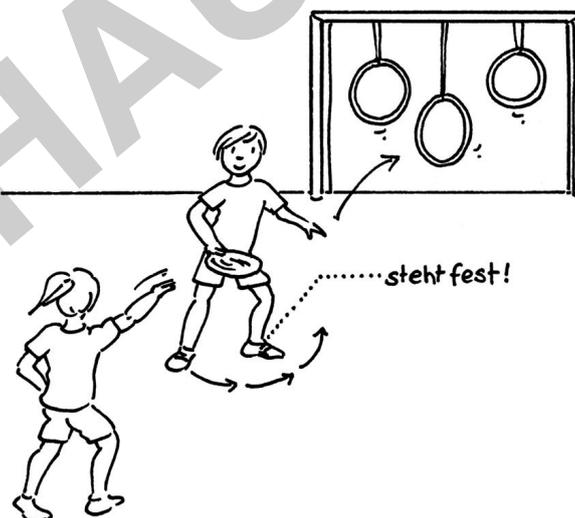


Sternschritt und Wurf



Du brauchst:

- 6 Frisbees®
- 1 Bodenlinie
- 3 Reifen
- 3 Seile
- 1 Tor



Nimm ein Frisbee® und wirf es zu deinem Partner, der hinter der Bodenlinie steht.
Dein Partner fängt es, dreht sich auf dem Standfuß stehend in alle Richtungen und zuletzt zum Tor.
Dann wirft er das Frisbee® durch einen der Reifen.
Wer hat nach sechs Würfen am häufigsten durch die Reifen geworfen?