

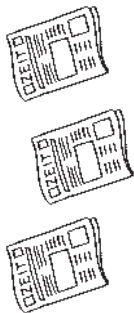
Station 1

Zeitungsklatschen

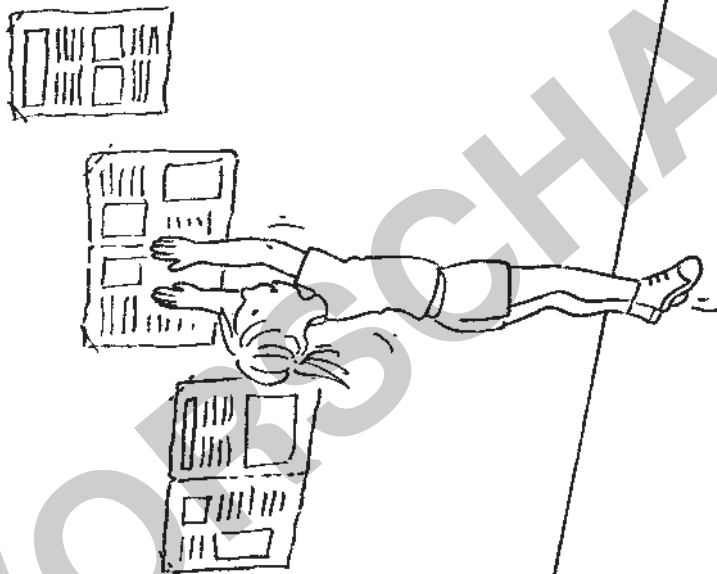


Du brauchst:

- 3 Bögen Zeitungspapier



- Klebeband



Springe hoch und klatsche die mittlere Zeitung ab.

einfacher ☆

Springe an die niedrigste Zeitung.

schwieriger ☆☆☆

Springe an die höchste Zeitung.

Station 6

Sprung in die Tiefe



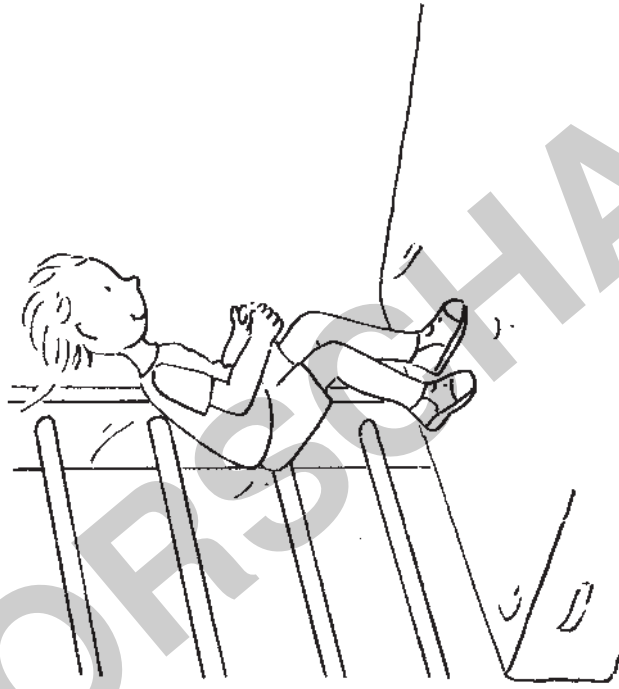
Du brauchst:



- 1 Sprossenwand



- 1 Weichbodenmatte



Springe von der Sprossenwand so auf die Matte, dass du mit beiden Füßen gleichzeitig aufkommst.

einfacher ☆

Springe von einer tieferen Sprosse.

schwieriger ☆ ☆ ☆








Springe von einer höheren Sprosse.
Schließe beim Springen die Augen.

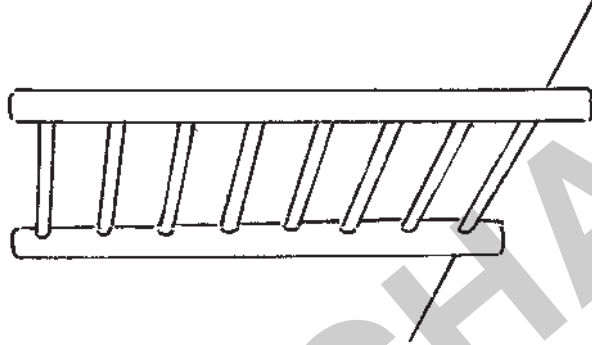
Station 8

In den Himmel werfen




Du brauchst:

- Softbälle,  
- Tennisbälle,  
- Sandsäckchen  
- 1 Sprossenwand 



Wirf den Ball über die Sprossenwand.
Wirf von der mittleren Linie.
Du hast drei Versuche.

einfacher 

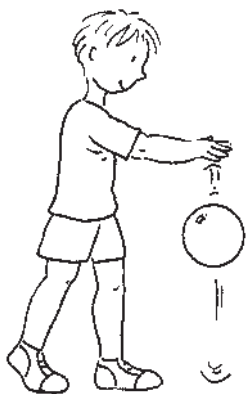
Wirf von der vorderen Linie.

Wirf von der hinteren Linie.

Wirf mit der anderen Hand.

schwieriger   

Laufzettel



für _____



PFLICHTSTATIONEN

Stationsnummer	Erledigt am	Kontrolliert am
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		

WAHLSTATIONEN

Stationsnummer	Erledigt am	Kontrolliert am
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		
Nummer _____		

Station

5

Station

6

VORSCHAU