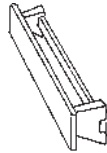




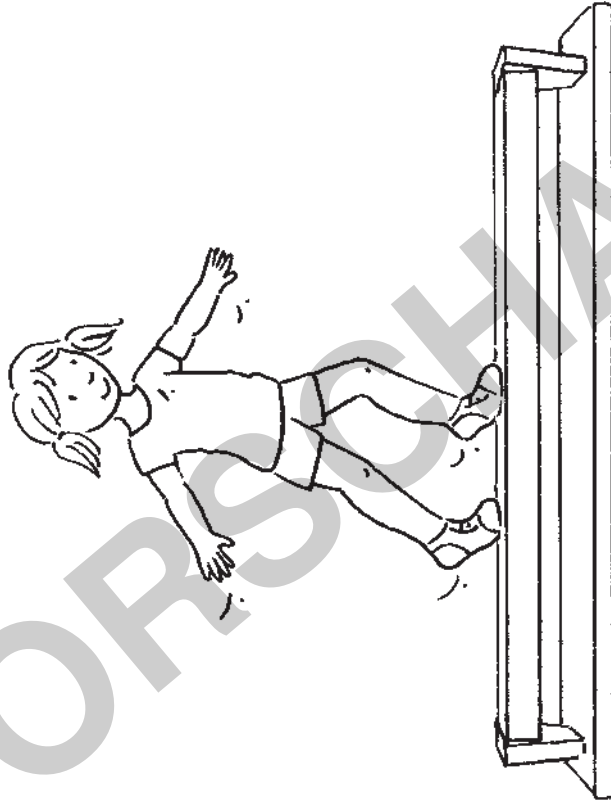
**Du brauchst:**



- 1 Bank umgedreht



- 2 Hütchen



**Balanciere über die umgedrehte Bank.**

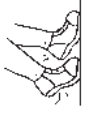
einfacher ☆

Laufe mit einem Partner an der Seite.

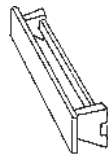
schwieriger ☆☆☆

Stelle Hindernisse (Hütchen) auf die Bank.

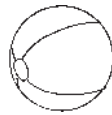
Lauft zu zweit über die Bank. Fasst euch dabei an den Händen.



**Du brauchst:**



• 1 Bank



• 1 Medizinball



• 1 Volleyball

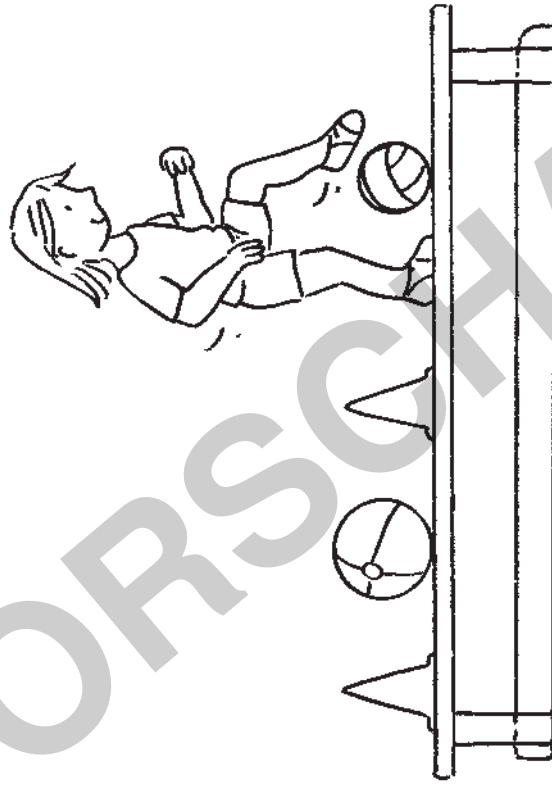
oder



1 Softball



• 2 Hütchen



**Kommst du über  
die Hindernisse?**

einfacher ☆

schwieriger ☆☆☆

Nimm einige Gegenstände weg.

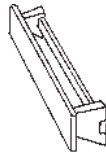
Stelle mehr Hindernisse auf.

## Station 5

## Rolle vorwärts



### Du brauchst:



• 1 Bank



• 1 Turnmatte



Mache eine Rolle  
von der Bank.

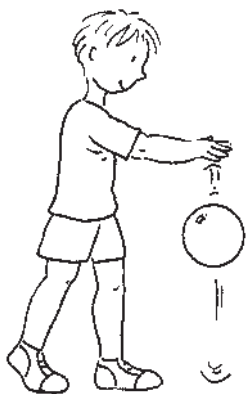
einfacher

schwieriger

Frage deinen Lehrer, ob er dir helfen kann.

Probiere die Rolle ohne Bank.

# 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*

3

*Station*

4

VORSCHAU