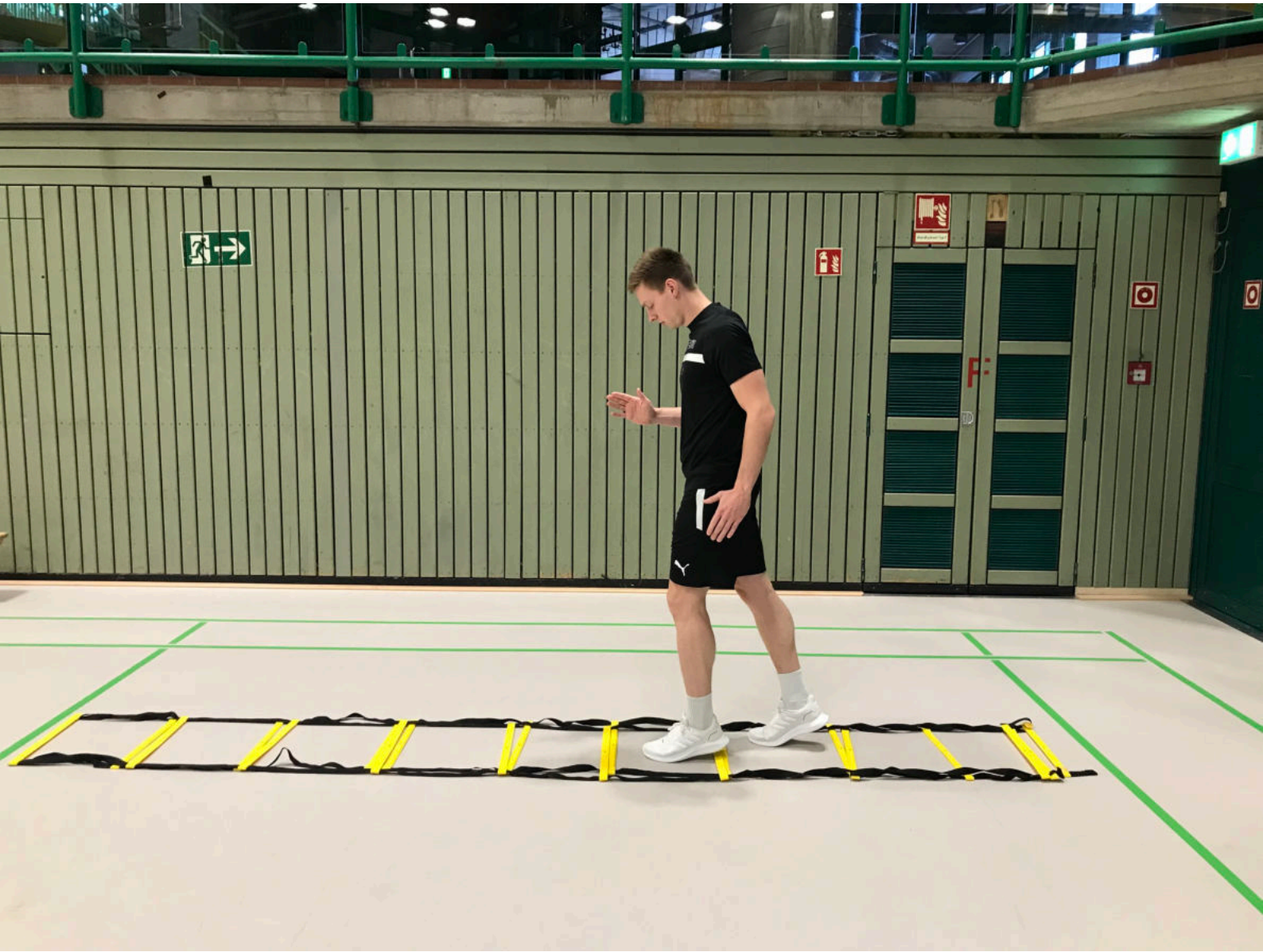
Übung 2 - Koordinationsleiter



Material:

- Koordinationsleiter

Aufgabe:

Durchlaufe die Koordinationsleiter auf den Fußballen so, dass ein Schritt pro Feld gemacht wird.
Kehre zurück und wiederhole die Übung

Differenzierungsmöglichkeiten

- Erhöhe das Tempo beim Durchlaufen
- Zwei Berührungen pro Feld
- Zwei Berührungen pro Feld -> Drei Felder vor, eins zurück