

Springseil



Projektsponsor:

**MENZLI
SPORT**



Übung als **Video**
scannen oder klicken

Material

- Ein Springseil pro zwei Kinder

Beschreibung

- Kind A schwingt das Springseil fehlerfrei
- Kind B springt rein | hüpft mit | springt raus
- maximal 5 Versuche pro Kind
- Wechsel: das andere Kind schwingt

Wertung

- pro korrekt ausgeführtem Doppelsprung (A | A + B | A) 1 Punkt.
- max 5 Punkte pro Kind, 10 total
- das schwingende Kind darf nur einmal alleine springen, bis das andere Kind wieder mitspringt

Drop-Out

- Kind A oder B hält an
- mehr als 1 Zwischensprung
- Seil bleibt hängen
- Es zählen die bis dahin erreichten gültigen Sprünge, dann Wechsel zu Kind B, gleiche Regeln

Talent**Schule** Surselva
nus formein talents

