

Käferdrehen

Posten-Nr.

Postenaufbau:

Mittels Hütchen/Trassierband ein rechteckiges Feld definieren.

Material:

- 4 Hütchen / Trassierband

Übung:



Ein Teilnehmer befindet sich im Vierfüßlerstand in der Mitte des Feldes. Sein Gegner versucht ihn auf den Rücken zu drehen. Nach jedem (erfolgreichen) Versuch die Rollen wechseln.

Variante: Zeit stoppen bis der Versuch geglückt ist respektive Zeitvorgabe für den Versuch.