

Schulterstossen

Posten-Nr.

Postenaufbau:

Mittels Hütchen/Trassierband ein rechteckiges Feld definieren.

Material:

- 4 Hütchen / Trassierband

Übung:



Stellt euch in die Mitte des markierten Feldes und greift euch gegenseitig an den Schultern. Versucht nun beide euren Gegner aus dem Feld zu stossen/ziehen. Wer als erstes einen Fuss neben das Feld setzt, verliert.

Variante: auch auf kleinem Feld möglich.