

Sensibilisierung: Stufe 2

Posten-Nr.

2x

Postenaufbau:

-

Material:

Pro Tn:

- 1 Paar
Boxhandschuhe

Übung:



Zwischen den Treffern wird die Distanz ständig neu eingestellt: Teilnehmer A macht nach jedem Schlag zwei Schritte in eine beliebige Richtung. Teilnehmer B muss folgen.