

Tunnel

Schwerpunkte: Ausdauer, Kraft

Geräte: 2x Langbank, 2x Turnmatte

Zwei Langbänke werden im Abstand von ca. 1 Meter parallel platziert. 2 Turnmatten werden darüber gelegt.

Die Schüler haben die Aufgabe, robbend den Tunnel zu durchqueren.

Variation:

1. Mit Augenbinde
2. Rückwärts

Notizen:

