

Fliegende Brücke

Schwerpunkte: Gleichgewicht

Geräte: 1x Klettertaueinrichtung, Strickleitern, 1x Mattensicherung, 1x Turnbank

In 2 Strickleitern wird eine Bank eingehängt (ca. 30 cm vom Boden entfernt).
Damit schwingt die Brücke frei. Als Sicherungshilfe zum Anhalten kann außerdem ein Seil über Kopf zwischen die Strickleitern eingebunden werden.

Achtung:

Absturzgefahr! Ausreichend mit Matten (oder einer Niedersprungmatte) sichern.

Notizen:

