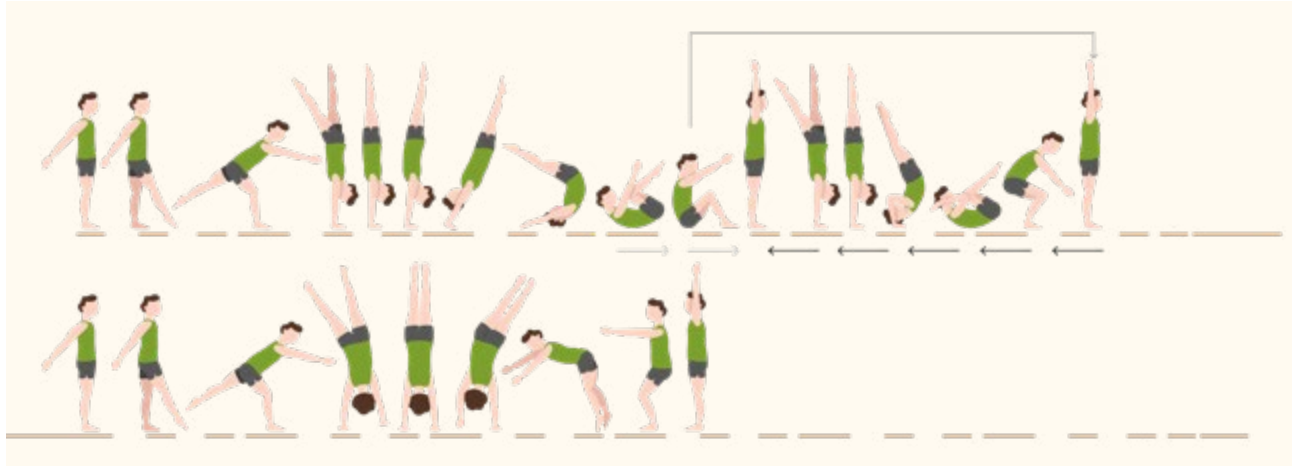


ÜBUNG 6 | BODEN

Für Jugendliche ab der Klassenstufe 8, im Alter von 14-16 Jahren.

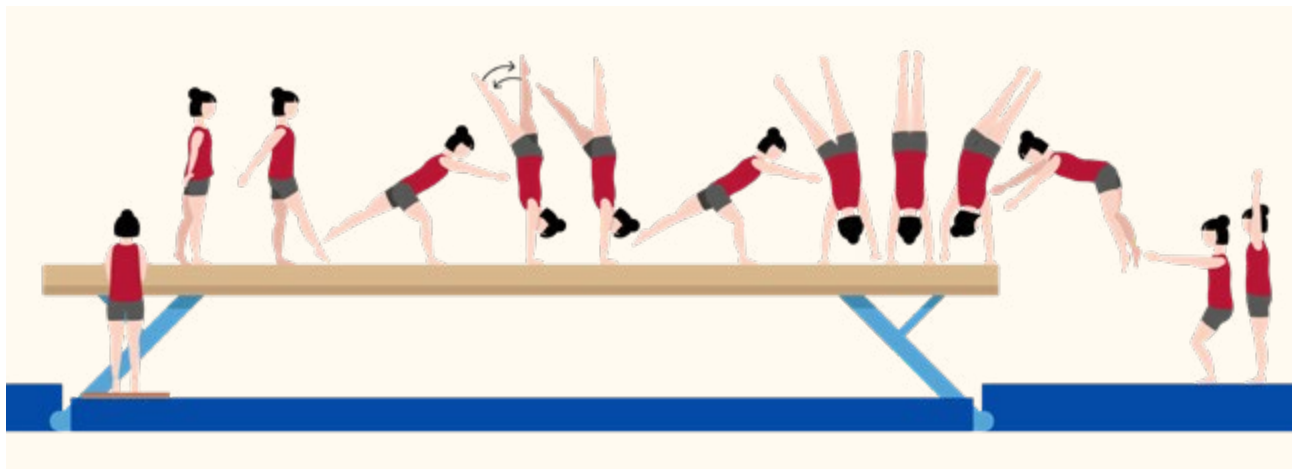


Kurzbeschreibung

- Handstand-Abrollen
- Rolle rückwärts durch den Handstand
- Radwende

ÜBUNG 6 | BALANCIEREN

Für Jugendliche ab der Klassenstufe 8, im Alter von 14-16 Jahren.



Kurzbeschreibung

- Aufgang: Durchhocken (ein- oder beidbeinig)
- Scherhandstand oder Rolle vorwärts
- Abgang: Radwende mit aktiver Landung

