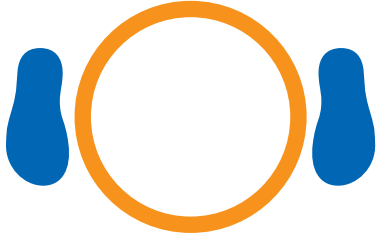


Hüpfparcours Felder



Mit beiden Beinen in das Feld hüpfen.

Für ältere Kinder Schwierigkeitsgrad erhöhen: Aus der Hocke heraus hüpfen, beim Landen die Arme über den Kopf strecken wie ein Hampelmann.



Grätschsprung: Mit gegrätschten Beinen zeitgleich rechts und links neben den Kreis springen.

Für ältere Kinder Schwierigkeitsgrad erhöhen: Hände in die Hüften stemmen.



Einbeinsprung: Auf dem rechten Bein hüpfend auf das Feld springen, das linke Bein soll den Boden nicht berühren



Einbeinsprung, das rechte Bein soll den Boden nicht berühren



Dreh sprung: Im Sprung um einen Viertelkreis drehen.



Dreh sprung zurück in die Laufrichtung.



Sprung in die Hocke und mit den Händen den Boden berühren.