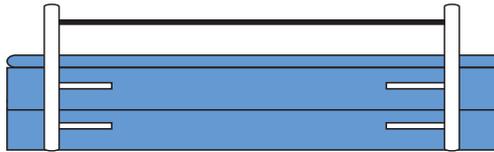


2. Aufgabe

Stellt euch mit einer Markierungsplatte eine Absprungmarkierung auf. Laft nun an und springt von dort aus kräftig ab.



Beobachtungsaufgabe: Achtet darauf, dass ihr die Teilimpulse von Drehimpuls, Schwungbein- und Schwungarmeinsatz beim Absprung optimal koordiniert.