

# M4 – Arbeitsauftrag Stabspringen

Versucht mit dem Stab auf den ausgelegten Matten in die Position zu kommen, die auf dem Bild dargestellt ist. Lasst euch in dieser Position möglichst weit tragen.



Abbildung für  
Rechtshänder



Abbildung für  
Linkshänder

Gebt euch gegenseitig Rückmeldungen und notiert Bewegungsmerkmale, auf die ihr euch besonders konzentriert.

---

---

---

---

---

---

---

---