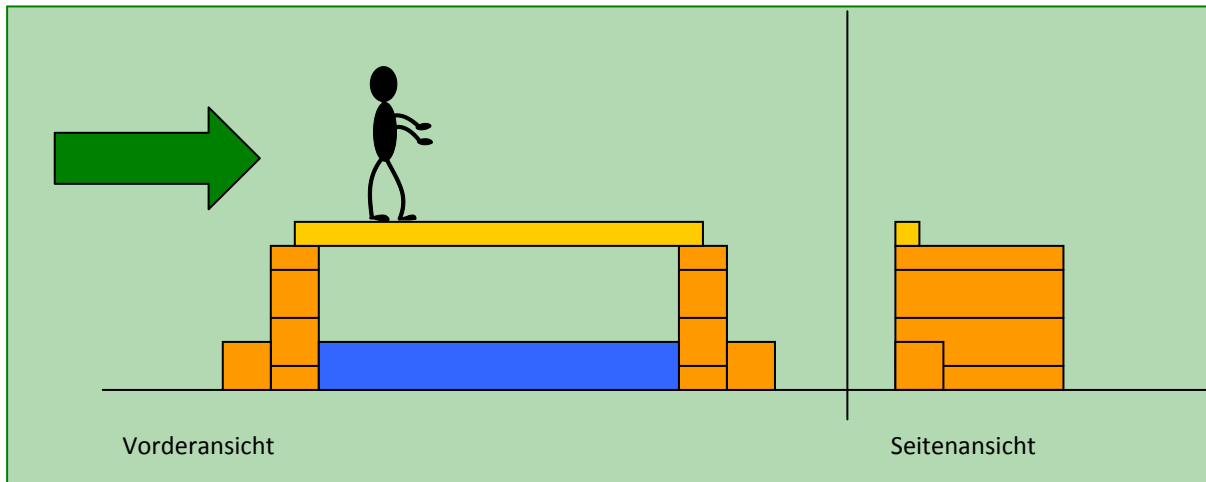


Abenteuer in der Halle – Teambildung –

Todesbalken



Aufgabe:

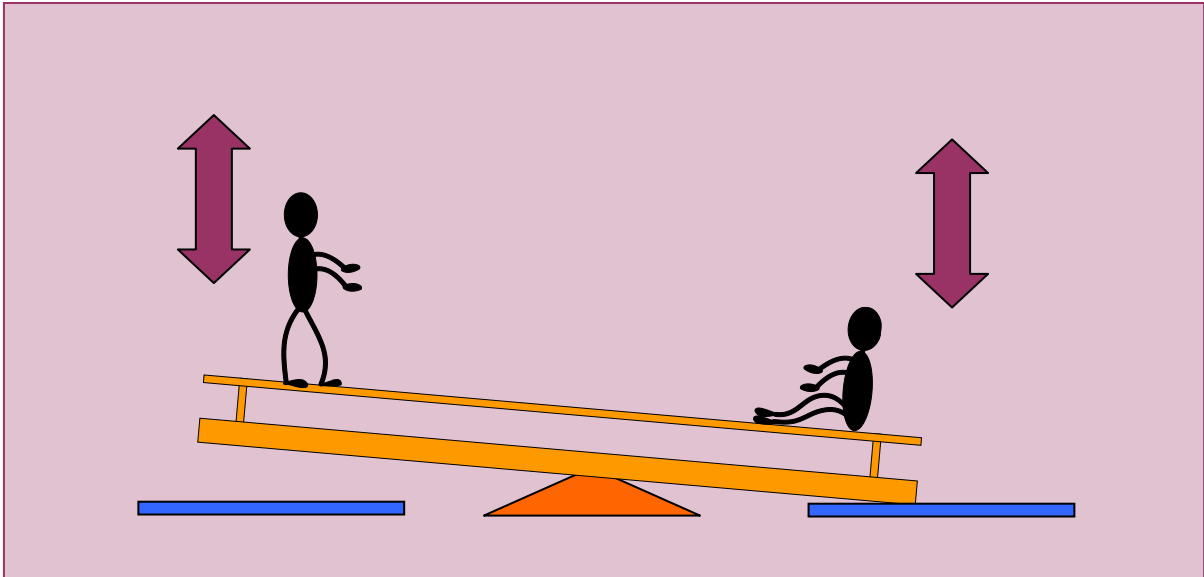
Es müssen alle Teammitglieder über die „Schlucht“ kommen. Stürzt ein Teammitglied ab, so muss die ganze Gruppe wieder von Neuem beginnen. Der Abstand von der Wand ist wesentlich für die Schwierigkeit der Aufgabe verantwortlich (Vorschlag: ca. 2cm von der Wand entfernt)!

Material:

- 2 vier- bis fünfteilige Kästen
- 2 kleine Kästen zum Auf- und Absteigen
- Weichbodenmatte(n)
- 1 Schwebebalken

Balancieren an der Langbank

Stationskarte 7



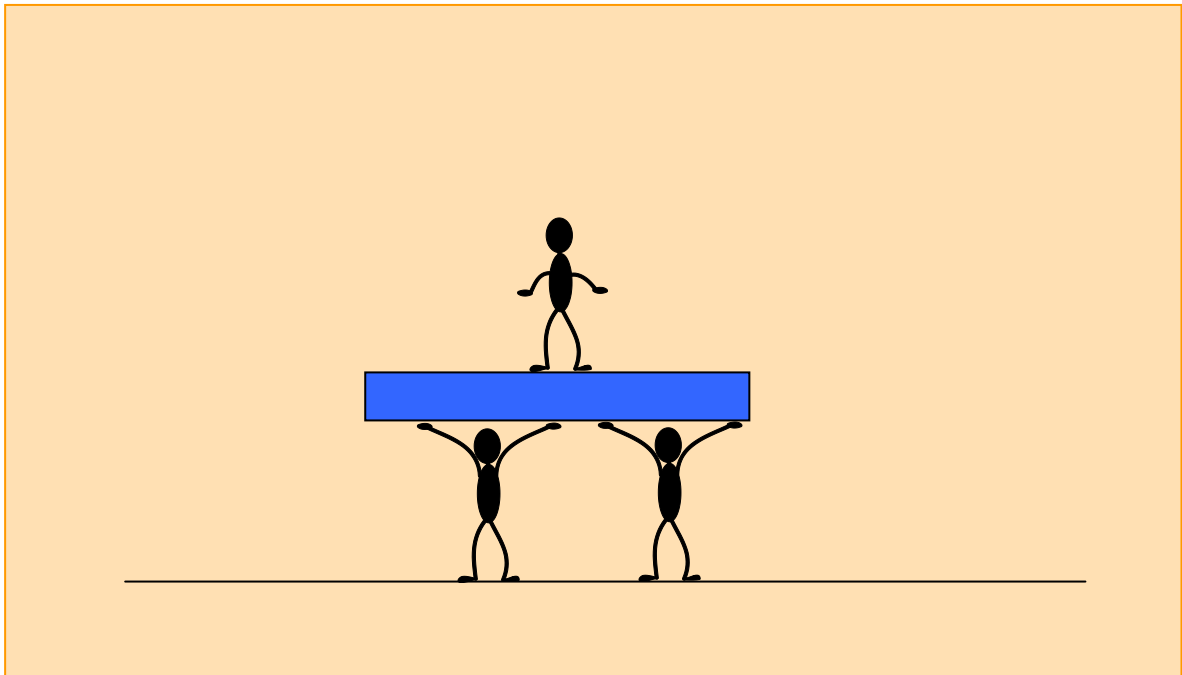
Aufgabe:

Stellt euch eine Langbank in der Halle auf und unterlegt diese mit zwei Sprungbrettern. An den Bankenden sitzen oder stehen die Partner und wippen auf und ab.

Material:

- 1 Langbank
- 2 Sprungbretter
- Matten (Hallenboden!)

Stationskarte 10



Aufgabe:

Ein Schüler **steht** auf der Weichbodenmatte. Der Rest der Klasse um die Weichbodenmatte verteilt. Auf ein Kommando wird die Matte mit dem Schüler von der Klasse hochgehoben (über Kopf).

Wiederum auf ein Kommando lassen die tragenden Schüler die Matte fallen (die Matte ist auch im Flug waagrecht).

Achtung: Nur im Stehen!

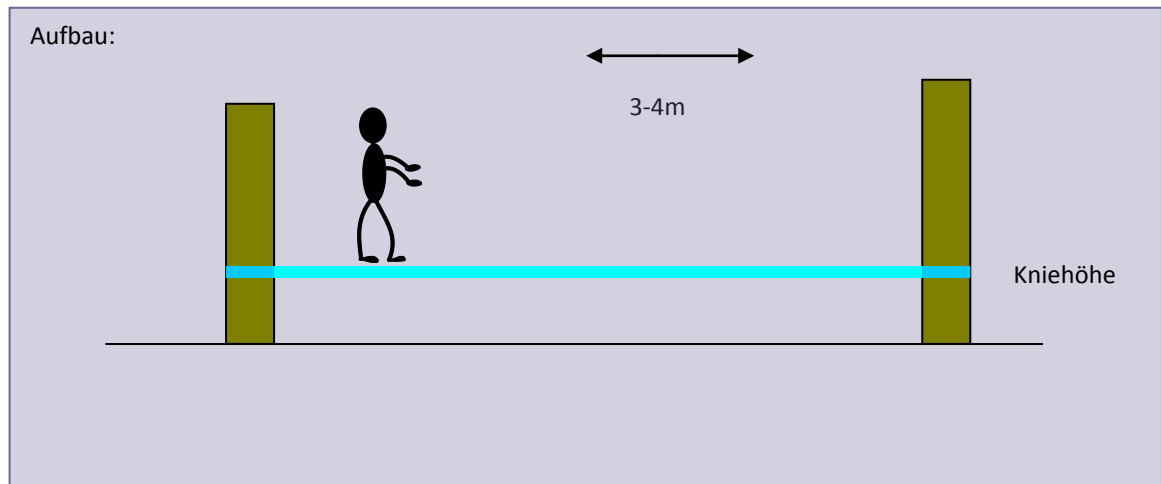
Material:

- Weichbodenmatte

Slackline

Baustein 18

– Schwierigkeitsstufe: 18 –



Aufgabe:

Jetzt kannst Du die Slackline stärker spannen und versuchen, darüber zu kommen. Ohne Aufstiegshilfe.

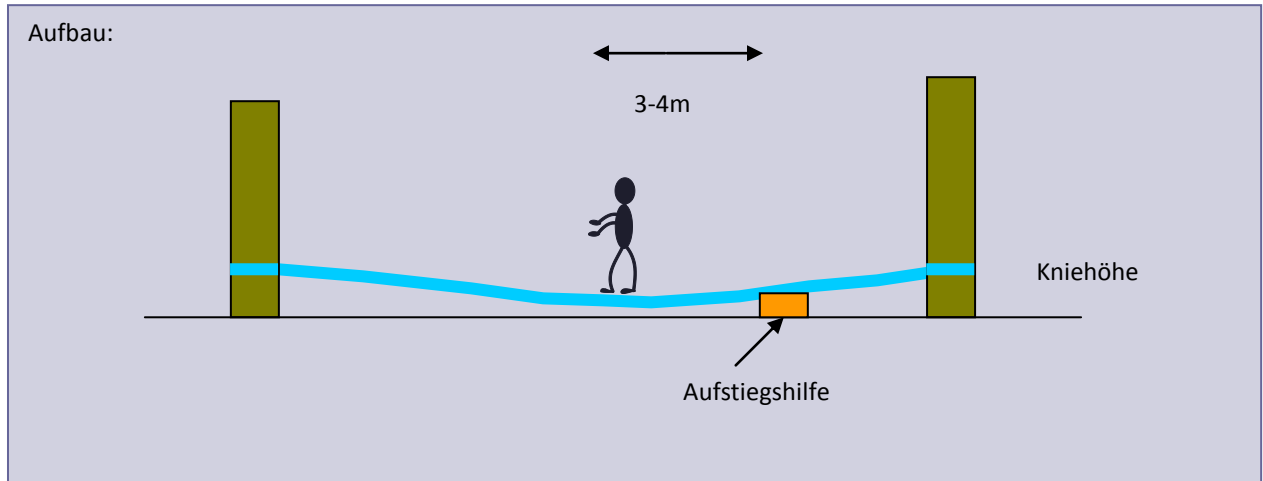
Material:

- kurze Slackline
- 2 Fixpunkte

Slackline

Baustein 20

– Schwierigkeitsstufe: 20 –



Aufgabe:

Versuche über die Slackline zu gehen ohne auf den Boden zu kommen. Gehe rückwärts. Du hast es geschafft, wenn Du die gesamte Länge überwunden hast. Du kannst dich an der Halteleine festhalten. Der kleine Kasten hilft Dir das Halteseil zu erreichen!

Material:

- kurze Slackline
- 2 Fixpunkte
- Halteseil zusätzlich in Reichhöhe gespannt