

Schulterstossen (mit Einschränkung)

Posten-Nr.

Postenaufbau:

Mittels Hütchen/Trassierband ein rechteckiges Feld definieren.

Material:

- 4 Hütchen / Trassierband
- 4 Tennisbälle

Übung:



Ihr haltet beide je einen Tennisball in den Händen und versucht euren Gegner aus dem definierten Feld zu schieben. Wer als erstes einen Fuss neben das Feld setzt, verliert.