

Jongleur

Posten-Nr.

Postenaufbau:

Ballons aufblasen.

Material:

- 8 Ballons
- 2 Badminton-/
Tennisschläger
- 4 Shuttles / Bälle
- 6 Jongliertücher

Übung:



Halte zwei, drei oder mehr Ballons durch Schlagbewegungen mit den Händen gleichzeitig in der Luft, ohne dass ein Ballon zu Boden fällt.

Varianten:

- Ballons oder Bälle/Shuttles mit einem Tennis- oder Badmintonschläger in der Luft halten;
- Jongliertücher durch Zupfbewegungen in der Luft halten.