

Einbeinakrobatik

Material:

Ein Basketball, ein Reifen

Organisation/Ablauf:

Stehe in etwa drei Metern Abstand zur Wand auf einem Bein (Bild 1). Spiele Pässe gegen die Wand (Bild 2), möglichst ohne den Ball fallen zu lassen. Wiederhole diesen Vorgang mehrmals.

