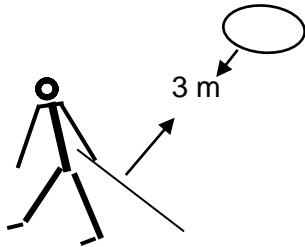




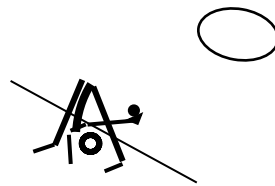
# Station: „Zielwerfen“ (Koordination)

**Material: Gymnastikreifen (70 cm Durchmesser), Schlagbälle (80 g) oder Tennisbälle, Maßband**

1. Grätschstellung rückseitig

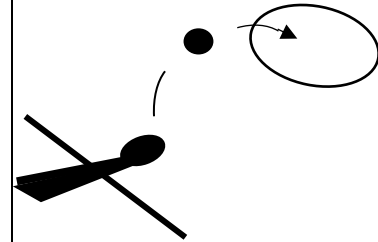


2. Blick durch die Beine



- 10 Würfe

3. Wurf direkt in den Reifen



- pro Treffer 10 Punkte,  
Randtreffer 5 Punkte

**Wertungshinweis:** Jeder Treffer wird mit zehn multipliziert und jeder Randtreffer mit fünf.

## Aufgabe:

Lege den Reifen 3 m entfernt auf den Boden.  
Stelle dich in breiter Grätschstellung rückwärts zum Reifen und schaue durch deine gegrätschten Beine.

Wirf 10 x einen Ball durch deine Beine direkt in den Reifen.

Deine Partnerin / dein Partner zählt jeden Reifentreffer und jeden Randtreffer.

**Es zählt der erste Bodenkontakt des Balls.**