

Station _____ Ununterbrochen gegen die Wand baggern (Dreiergruppe)



ID:1147



Streckt euch gefühlvoll gegen den Ball.



Baustellenband
oder Netz, etwa 2m
bis 2.50m hoch



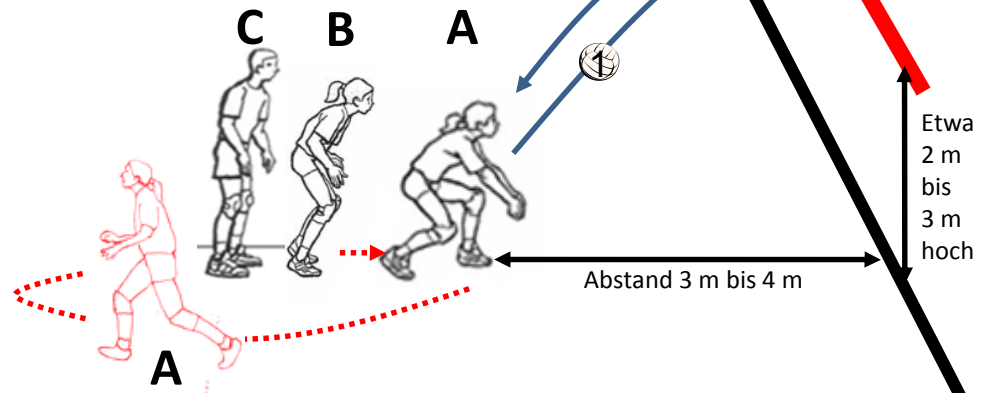
Material: 1 Volleyball

Aufgabe:

A, B und C baggern nacheinander ununterbrochen gegen die Wand über eine Markierung.

Wer gebaggert hat, **schließt sich hinter der Gruppe an.**

Selbstkontrolle: Möglichst viele Wiederholungen schaffen, ohne dass der Ball auf den Boden fällt. Tragt anschließend euer bestes Ergebnis in die Tabelle ein.



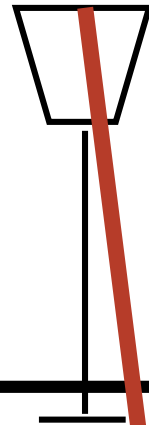
Station _____ Ununterbrochen gegen die Wand baggern (Vierergruppe)



ID:1147



Streckt euch gefühlvoll gegen den Ball.



Baustellenband
oder Netz, etwa 2m
bis 2.50m hoch

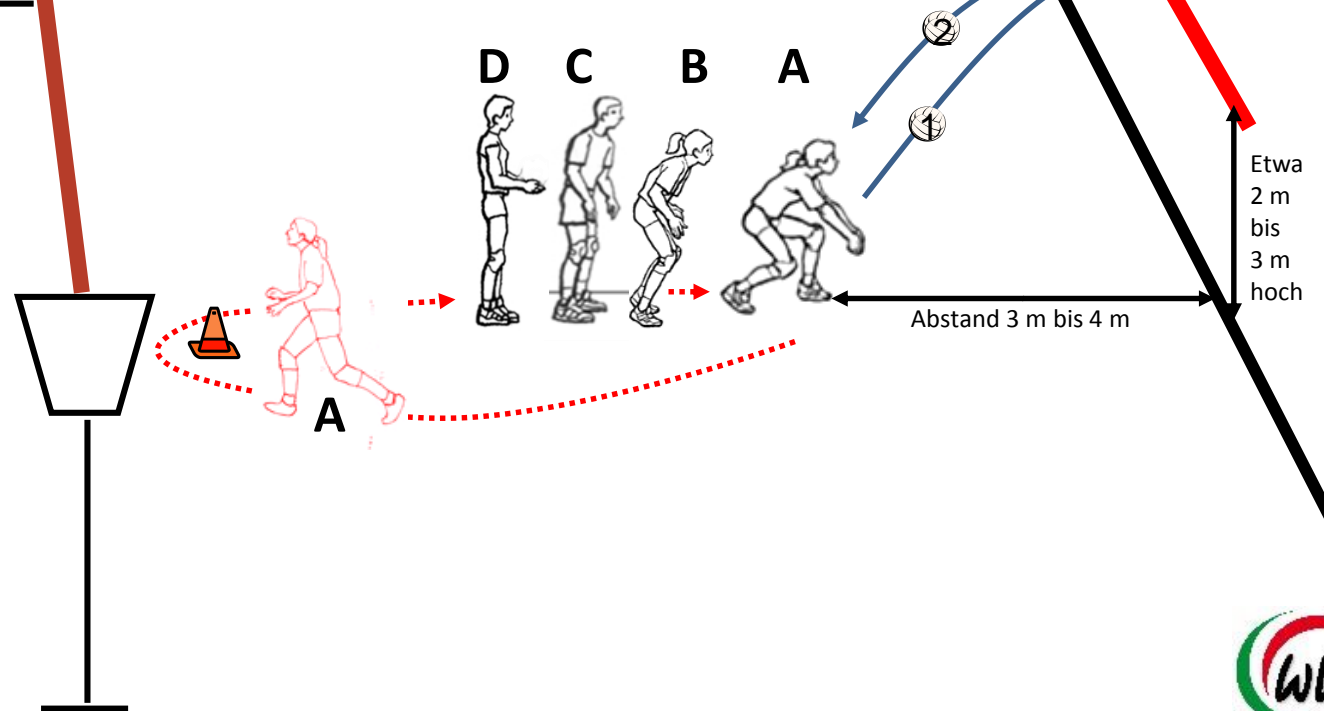
Wand

Material: 1 Volleyball, 1
Ergebnisbogen, 1 Stift, 1 „Hütchen“
Aufgabe:

A, B, C und D baggern nacheinander
ununterbrochen gegen die Wand
über die Markierung.

**Wer gebaggert hat, läuft um das
„Hütchen“ hinter die Gruppe.**

Selbstkontrolle: Möglichst viele
Wiederholungen schaffen, ohne
dass der Ball auf den Boden fällt.
Tragt anschließend euer bestes
Ergebnis in die Tabelle ein.



Ergebnisbogen Station: Baggern gegen die Wand

Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis
Gruppe	Bestes Ergebnis