



Fünfsprung / „Froschsprung“

Hey, bald ist es geschafft...

Lege dir bitte mit Hilfe deiner Eltern oder Geschwister das Bandmaß auf dem Tartanfeld aus und absolviere fünf Froschsprünge hintereinander und messe die Gesamtweite alle fünf Sprünge aus.

Versuche dich hierbei kraftvoll aus den Oberschenkeln und dem Fußgelenk heraus unter Zuhilfenahme deiner Arme abzudrücken.

Absolviere fünf Durchgänge und notiere die besten drei Versuche.

Weiter geht es mit deiner letzten Aufgabe für heute: Der Transportstaffel. Alles was du hierfür benötigst findest du hinter dem kleinen Trafohäuschen.