

Hand-Box-Jump

ORGANISATION: Schüler*in steht links in seitlicher Position neben der Box und hält diese an den seitlichen Polstern.

MATERIAL: 2-teiliger Schwedenkasten

BEWERTUNG: 1 *Punkt* pro Bodenberührung

ABLAUF:

Nach einem Startzeichen springt der/die Schüler*in während 1 Minuten beidbeinig, in seitlicher Position, abwechselnd von links über die Box und zurück. Die Füße sind parallel und immer in Längsrichtung orientiert.

