









Spannen und Vertrauen können – am Beispiel Akrobatik

Bei welchem Kunststück hast du besonders Fortschritte gemacht?

<p>Übung Nummer:</p>	<p>Diese Übung gelingt mir ...</p> <p>... am Anfang:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">--</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">-</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">+</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">++</div> </div> <p>... am Schluss:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">--</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">-</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">+</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">++</div> </div>
----------------------	---

Wie gut kann ich folgende Kunststücke umsetzen?

	 gelingt ohne Hilfe	 gelingt mit Hilfe	 gelingt gar nicht
1. Rückenpaar 			
2. Unterschenkelbalance 			
3. Doppelbank 			
4. Stand auf der Bank 			
5. Stuhl 			
6. Galionsfigur 