

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4	Seil	
Materialaufstellung und Hinweise zu den einzelnen Stationen	5	Station 1: Sprungkönig	45
Akrobatik		Station 2: Sprungmeister	46
Station 1: Anspannung	12	Station 3: Sprungfolge.....	47
Station 2: Pendel	13	Station 4: Slalomsprung.....	48
Station 3: Bank	14	Station 5: Seitgalopp	49
Station 4: Das V	15	Station 6: Parallelsprung	50
Station 5: Rückenlehne	16	Station 7: Kreuzsprung	51
Station 6: Bremer Stadtmusikanten	17	Station 8: Seilsprung.....	52
Station 7: Surfer.....	18	Station 9: Seilschwung.....	53
Station 8: Akrobatik zu dritt.....	19	Station 10: Springer.....	54
Station 9: Partnerstandwaage	20	<i>Laufzettel „Seil“</i>	55
Station 10: Künstler	21	Volleyball	
<i>Laufzettel „Akrobatik“</i>	22	Station 1: Baggerchamp	56
Krafttraining		Station 2: Baggerpaar	57
Station 1: Ballübergabe.....	23	Station 3: Pritschpaar.....	58
Station 2: Ausfallschritt	24	Station 4: Reifenpritsch.....	59
Station 3: Liegestütz	25	Station 5: Wandaufschlag	60
Station 4: Theraband	26	Station 6: Kunststück	61
Station 5: Bankdrücker.....	27	Station 7: Kreiser	62
Station 6: Schräglage.....	28	Station 8: Ball-Choreografie.....	63
Station 7: Stabheber	29	Station 9: Teamplay	64
Station 8: Stuhl	30	Station 10: Wortspiel	65
Station 9: Körperheber	31	<i>Laufzettel „Volleyball“</i>	66
Station 10: Diagonale	32	Zielschießen	
Station 11: Waage	33	Station 1: Kastenschießen	67
Station 12: Vierfüßler.....	34	Station 2: Slalomschießen.....	68
<i>Laufzettel „Krafttraining“</i>	35	Station 3: Kastenwurf	69
Leichtathletik		Station 4: Basketballwurf	70
Station 1: Schrittzähler	36	Station 5: Paralleldribbeln	71
Station 2: Zeitläufer	37	Station 6: Hindernisse	72
Station 3: Reifenkönig.....	38	Station 7: Ballüberflieger.....	73
Station 4: Sprinter.....	39	Station 8: Passender Pass	74
Station 5: Dreisprung.....	40	Station 9: Abstandsschießen	75
Station 6: Reifentreffer	41	Station 10: Umrundung.....	76
Station 7: Versteckter Ball	42	<i>Laufzettel „Zielschießen“</i>	77
Station 8: Kreisabfolge	43		
<i>Laufzettel „Leichtathletik“</i>	44		