

Station 3: Zielschießen auf Turnmatten

- Treffe so oft wie möglich die Zielfläche der Turnmatten, die du aufrecht an die Wand gestellt hast. Verändere den Winkel und den Abstand für die Übung. Übe abwechseln mit dem rechten und linken Fuß.
- Verkleinert die Trefferfläche, indem ihr auf den Matten ein Viereck abklebt.