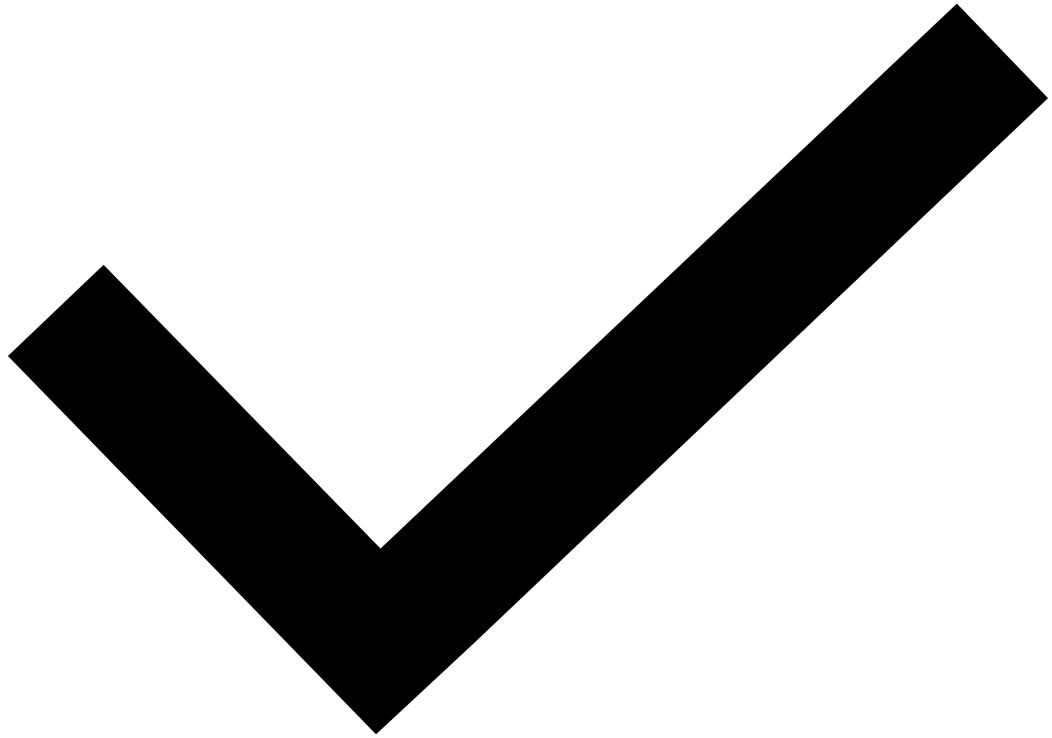
Checkpoint



Checkpoint

Präsentiert den Basissprung und zeige, dass du ihn zu zweit synchron springen könnt!

Könnt ihr den Basissprung synchron springen?

Ja!

Wartet, auf eine weitere Gruppe, die fertig ist. Versucht dann zu viert den Basissprung **synchron zu springen**. In der Wartezeit könnt ihr eigene Sprungkombinationen testen.

Nein!

Übt bitte so lange in Partnerarbeit weiter, bis ihr den Basissprung synchron springen könnt und kommt dann zum Checkpoint zurück.

Ideen für eigene Sprünge:

einbeinig

Sprünge mit Drehung

Tempowechsel

Klatschen bei jedem zweiten Sprung

Sprünge zum Beat der Musik