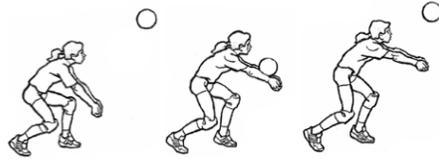


# Station \_\_\_\_\_ Ununterbrochen gegen die Wand baggern (Dreiergruppe)



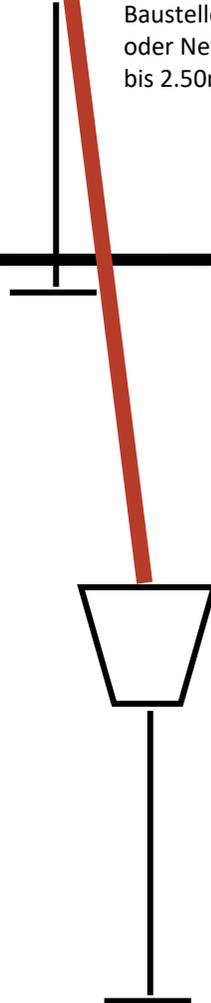
ID:1147



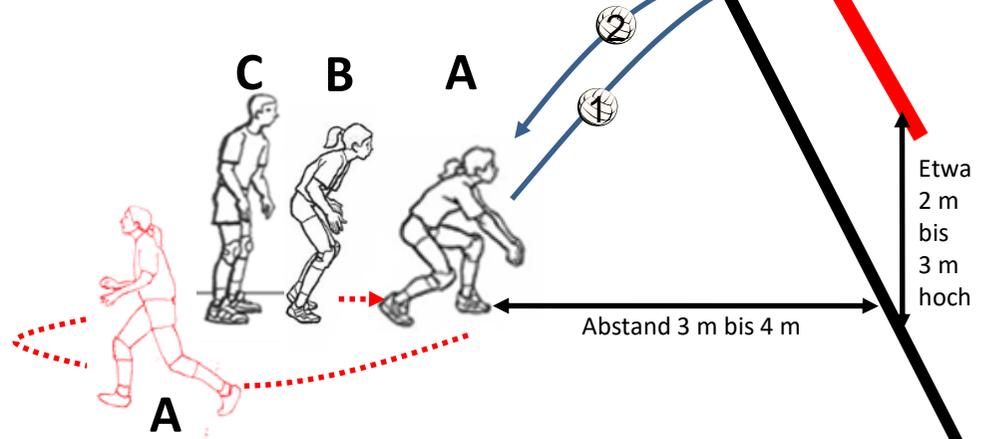
Streckt euch gefühlvoll gegen den Ball.



Baustellenband  
oder Netz, etwa 2m  
bis 2.50m hoch



Wand



**Material:** 1 Volleyball

**Aufgabe:**

A, B und C baggern nacheinander ununterbrochen gegen die Wand über eine Markierung.

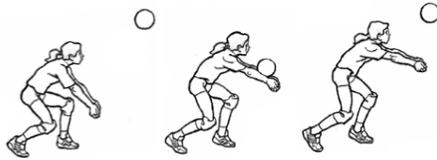
**Wer gebaggert hat, **schließt sich hinter der Gruppe an.****

**Selbstkontrolle:** Möglichst viele Wiederholungen schaffen, ohne dass der Ball auf den Boden fällt. Tragt anschließend euer bestes Ergebnis in die Tabelle ein.

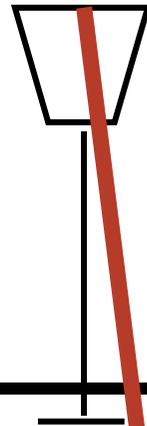
## Station \_\_\_\_\_ Ununterbrochen gegen die Wand baggern (Vierergruppe)



ID:1147



Streckt euch gefühlvoll gegen den Ball.



Baustellenband  
oder Netz, etwa 2m  
bis 2.50m hoch

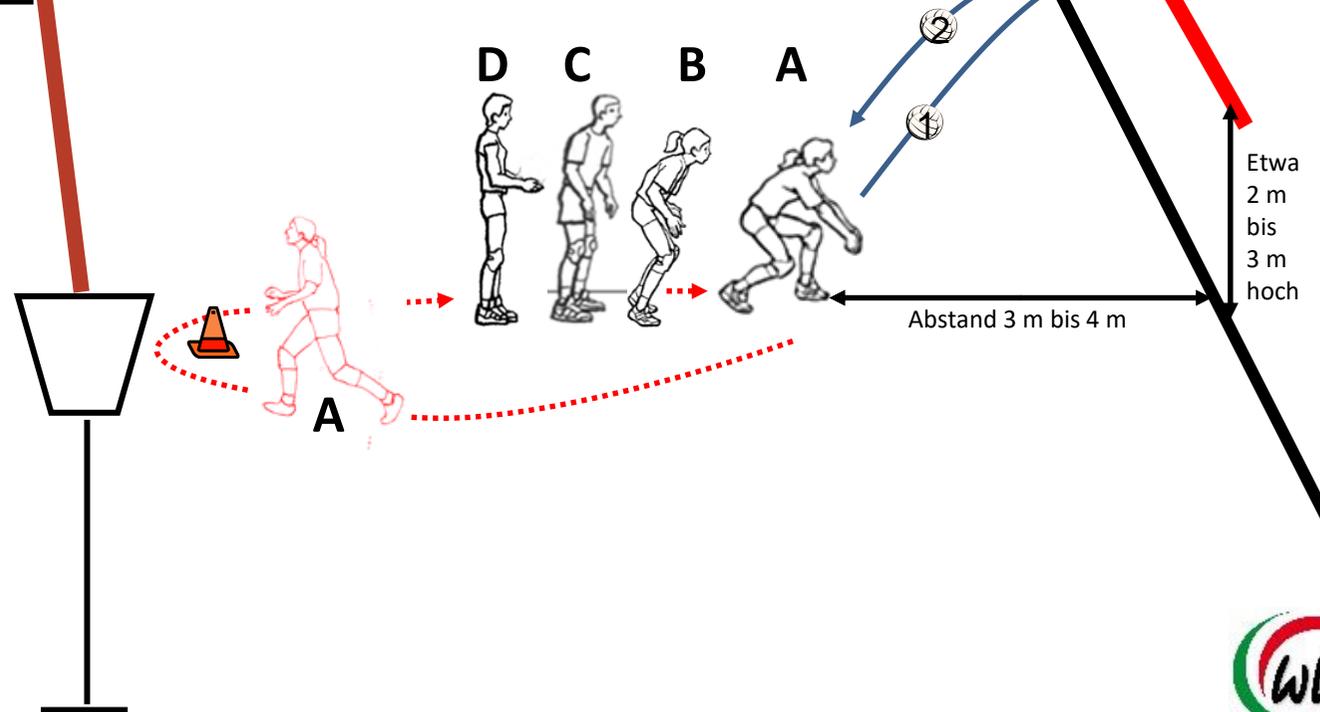
Wand

**Material:** 1 Volleyball, 1  
Ergebnisbogen, 1 Stift, 1 „Hütchen“  
**Aufgabe:**

A, B, C und D baggern nacheinander  
ununterbrochen gegen die Wand  
über die Markierung.

**Wer gebaggert hat, läuft um das  
„Hütchen“ hinter die Gruppe.**

**Selbstkontrolle:** Möglichst viele  
Wiederholungen schaffen, ohne  
dass der Ball auf den Boden fällt.  
Tragt anschließend euer bestes  
Ergebnis in die Tabelle ein.



## Ergebnisbogen Station: Baggern gegen die Wand

Gruppe .....	Bestes Ergebnis .....
Gruppe .....	Bestes Ergebnis .....