

Weitsprung



Wir holen euch die „Weitsprunggrube“ in euer Wohnzimmer.

Als Markierung können Seile oder Handtücher benutzt werden, diese werden im Abstand von 1m platziert.

Dann versucht jeder Teilnehmer nacheinander auf die Höhe der Seile zu springen. Zuerst versucht ihr so nah wie möglich an die erste 1m Linie zu springen. Dann versucht ihr wieder vom Start aus so nah wie möglich an die 2m Linie zu springen usw.

Gerne kann der Abstand auch auf 0,5m verringert werden.

Bei den Erwachsenen kann der Abstand auf 3m oder mehr vergrößert werden.

Am Ende gewinnt die Person, welche am weitesten gesprungen ist.

Viel Spaß beim Weitsprung!

Euer Sportverein