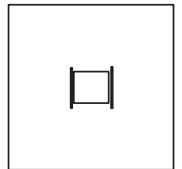


Koordination

Station Schwebende Plattform



Funktion

Trainieren des Gleichgewichtssinns und der Reaktionsfähigkeit.

Übungsbeschreibung

Auf einer an Ketten abgehängten Plattform ist die Gleichgewichtsposition einzunehmen und zu halten. Durch eine Schautafel angeleitet, sind unterschiedliche Gleichgewichts-Schwierigkeitsstufen zu halten. Der Gleichgewichtssinn und die Reaktionsfähigkeit werden somit unter aktuellen sport- und trainingswissenschaftlichen Gesichtspunkten trainiert.



12.04.030 Schwebende Plattform

Technische Angaben

Gerätemaße 0,95 m x 0,80 m
 Fallbereich 3,95 m x 3,80 m (Mindestfreiraum)
 Freie Fallhöhe 0,25 m
 Untergrund Rasen (lt. DIN EN 1177)
 Altersangabe geeignet ab 4 Jahre