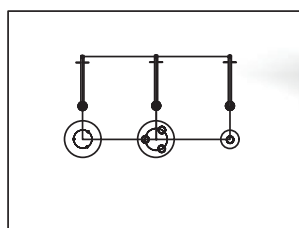


Koordination

Station Zielwerfen



Funktion

Trainieren des Gleichgewichtssinns, der Orientierungsfähigkeit, der Reaktionsfähigkeit und der Ziel- und Wurfgenauigkeit.

Übungsbeschreibung

An einer Stahlkonstruktion herabhängende Bälle sind von unterschiedlichen Standflächen aus, durch zwei verschiedene Zielringe zu werfen, wobei der zurückpendelnde Ball wieder gefangen werden soll. Durch eine Schautafel angeleitet, differenziert durch verschiedene Standflächen, wird die Ziel- und Wurfgenauigkeit, sowie der Gleichgewichtssinn und das Reaktionsvermögen unter aktuellen sport- und trainingswissenschaftlichen Gesichtspunkten gefördert.



12.04.008 Zielwerfen 3-fach

3 Wurfanlagen mit 3 verschiedenen Standflächen

Technische Angaben

Gerätemaße 3,50 m x 5,00 m
 Fallbereich 5,95 m x 8,00 m (Mindestfreiraum)
 Freie Fallhöhe ca. 0,35 m
 Untergrund Rasen (lt. DIN EN 1176/77)
 Altersangabe geeignet ab 4 Jahre

12.04.108 Zielwerfen 1-fach (o. Abb.)

1 Wurfanlage mit Einzelfederplatte, entspricht der rechten Anlage im oberen Bild

Technische Angaben

Gerätemaße 3,50 m x 0,50 m
 Fallbereich 5,95 m x 3,50 m (Mindestfreiraum)
 Freie Fallhöhe ca. 0,35 m
 Untergrund Rasen (lt. DIN EN 1176/77)
 Altersangabe geeignet ab 4 Jahre