



Spielmöglichkeiten mit dem Balancierbrett

Du hast dich für ein Balancierbrett entschieden.

Gute Wahl, denn hiermit trainierst du dein Gleichgewicht und die Geschicklichkeit. Beides ist für jede Sportart wichtig.

Versuche zunächst mal sicher auf dem Brett zu stehen.

Wenn das gut klappt, verlagere das Gewicht etwas nach rechts und nach links.

Lege erst jetzt die Kugel auf das Brett.

Sie soll gleichmäßig die vorgegebene Spur entlang rollen.

Sie soll nicht auf den Boden rollen.

Viel Spaß dabei !