

Oberschule **B**odenwerder **C**hallenge 17

Liebe Schülerinnen,

liebe Schüler,

auf in die letzte Challenge Woche. Heute folgt die Challenge Nr. 17.

- Challenge:** Wie viele Handschläge braucht ihr beim „Handgolf“?
- Ausgangsstellung:** Ihr braucht einen Tennisball auf dem Fußboden und ein Ziel (Zum Beispiel ein Plastikbecher).
- Ausführung:** Legt den Ball irgendwo bei euch zu Hause auf den Fußboden und positioniert das Ziel in etwas Entfernung.
- Jetzt sollt ihr versuchen den Ball mit der flachen Hand Richtung Ziel zu Schlagen. Jede Ballberührung zählt. Zählt die Schläge bis ihr das Ziel erreicht habt.
- Achtung:** Bitte keine zerbrechlichen Hindernisse im Weg platzieren.
- Variante:** Variiert die Entfernung zum Ziel. Ihr könnt es auch draußen spielen.
- Ihr könnt gerne jemanden als Gegner suchen und ein kleines Turnier über mehrere Bahnen veranstalten.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Bleibt gesund und fit!

Mit sportlichen Grüßen

Lea Lange

Oliver Hartmann

Fabian Laabs

Morgen gibt es eine neue Challenge