

# Ball über die Schnur

Aufbau (Skizze):



Regeln:

Zwei Teams spielen gegeneinander. Man spielt den Ball über die Matte wenn der Ball auf den Boden fällt bekommt das Gegnerteam einen Punkt

Varianten:

- mit bewegen
- man spielt es wie Volleyball
- mit fuß
- mit zuspielen

Ziel/ Sieger/ Ende:

Mehr Punkte als die Gegner machen

Bewertung:

5  
4  
3  
2  
1  
0



Schweiß



Spaß



Kraft



Ausdauer