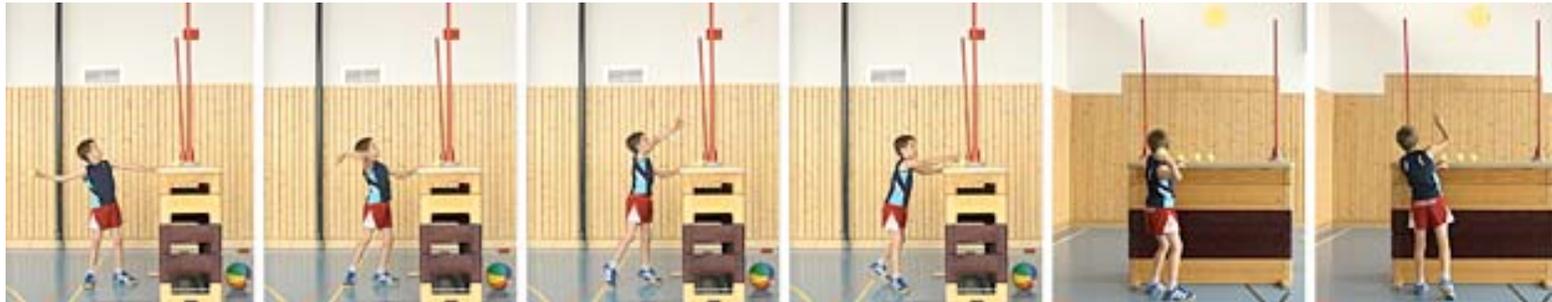


## Leichtathletik-Test: Niveau 2 (U8/U10)



### 2.2 Kasten überwerfen

Die Testperson steht hinter einem Kasten und wirft einen Tennisball 3 × mit der rechten Hand und 3 × mit der linken Hand an die Wand, so dass der Ball wieder über den Kasten (alle 5 Elemente) zurückfliegt. Die Nichtwurfhand ist auf dem Kasten und das Bein auf der Nichtwurfseite ist vorne. Abstand Kasten zur Wand: 4 m für Knaben, 3 m für Mädchen. Höhe des Kastens: ca. 1,05 m.



#### Kriterien:

- Ball muss ohne Berührung zwischen zwei Malstäben über den Kasten zurückfliegen
- 3 × links, 3 × rechts, alle Würfe müssen erfüllt sein

#### Bemerkung:

- Balldepot mit 6 Bällen auf Kasten