DEUTSCHER FUSSBALL-BUND

BOLLZAUBER

ZAUBEREIEN ▶ LEVEL 2 ▶ FLIPPER

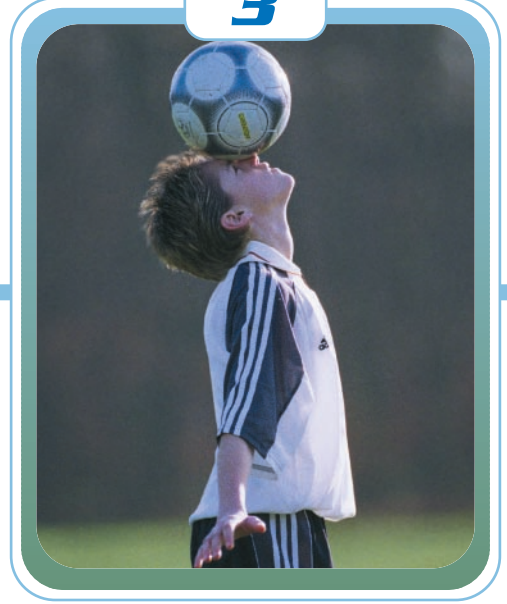
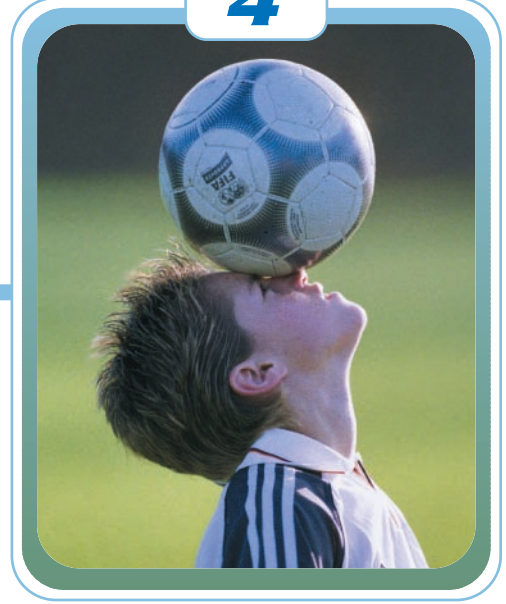
- Beim Flipper balancierst du den Ball auf dem Kopf!
- Lege dir den Ball mit den Händen knapp oberhalb der Nase auf die Stirn, sodass der Ball in einer „Mulde“ zwischen Stirn und Nase liegt und halte ihn dort im Gleichgewicht! Der Kopf ist zurückgeneigt!
- Rollbewegungen des Balles gleichst du mit dem Oberkörper und den Knien aus.

ZIEL: **Den Flipper 20 Sekunden ausführen, ohne dass der Ball vom Kopf rollt.**

1

2

3



4