

## ZAUBEREIEN ► LEVEL 3 ► KICK-UP

- Mit dem Kick-Up kannst du dir den Ball ebenfalls zum Jonglieren hoch spielen.
- Beim Kick-Up spielst du dir den Ball mit der Hacke des einen Fußes an die Innenseite des anderen Fußes! Die Innenseite ziehst du beim Ballkontakt explosiv hoch!
- Anschließend jongliere den Ball weiter!
- Übe den Kick-Up mit beiden Füßen!

**ZIEL:** Je zwei Kick-Ups mit anschließendem Jonglieren mit jedem Fuß ausführen, ohne dass dir der Ball verspringt.

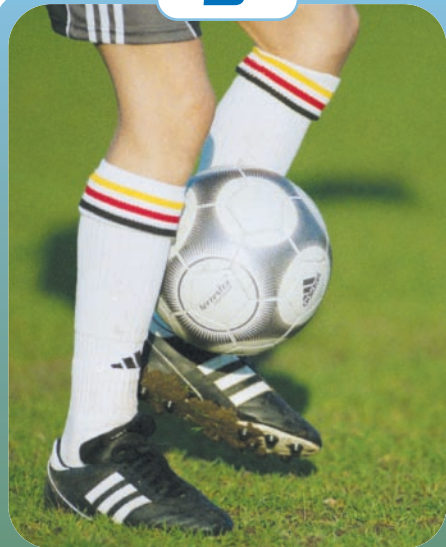
1



2



3



4

