

Frisbee Übungen - Zu zweit

Werft euch die Frisbee gegenseitig zu. Zuerst könnt ihr euch dicht aneinander Stellen. Wenn dies gut klappt stellt ihr euch weiter auseinander

Werft euch zwei Frisbees gegenseitig zu. Das heißt, jeder von euch hat eine Frisbee und wirft diese los. Der andere muss dann eure Frisbee fangen.

Wert euch die Frisbee gegenseitig zu. Versucht die Scheibe immer nur mit einer Hand zu fangen

Werft euch die Frisbee gegenseitig zu. Nach jedem Wurf dreht ihr euch einmal um euch selber, bevor ihr die Frisbee wieder zugeworfen bekommt

Werft euch die Frisbee gegenseitig zu. Versucht dabei auf einem Bein zu stehen

