

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
1. Aufwärmen	
Boxenstopp	5
Nummernwerfen	5
Plauderlauf	6
Telefonnummernlauf	7
Zeitungsakrobatik	7
Zeitungslauf	8
Würfelaufwärmen	8
Linienlauf	9
Schattenlauf	10
Autospiel	11
Schiffskapitän	12
Balljäger	13
2. Laufen – Springen – Werfen	
Laufen	
Mensch-ärger-dich-nicht	14
Krankenhausticker	15
Lottostaffel	16
Schwänzchenklau	16
Staffeln	17
JA oder NEIN	20
Glücksstaffel	20
Springen	
Springen an Stationen	21
Werfen	
Das Feld frei halten	23
Schlag den Gegner	24
Werfen an Stationen	25
Trampolinkönig	27
Frisbee-Wurfbude	28
Zombieball	31
3. Bewegung im Wasser	
Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?	32
T-Shirt-Staffel	33
Virus	34
Wassertransport	35
Blinde Wasserkuh	36
Zonenturnier	37
4. Turnen und Akrobatik	
Vertrauens- und Kooperationsübungen ..	38
Partnerakrobatik	39
Gruppenakrobatik	41
Handstand an Stationen	43
5. Rollen – Gleiten – Fahren	
Pedalo-Stationen	45
Rollbrett-Stationen	48
Bewegung mit Teppichfliesen	51
Super-Mario-Kart	54
6. Mit dem und gegen den Partner kämpfen	
Ballkampf	55
Farbe erkennen	56
Der Kampf um Himmel und Hölle	56
Sortieren auf der Bank	57
Kämpfen an Stationen	58
7. Spiele	
Kleine Spiele	
Brettball	61
Laufendes Tor	62
Takeshi's Castle	63
Matschball	64
Pärchenfußball	65
Endzonenspiele	
Ultimate Frisbee	66
Petzirugby	67
Rückschlagspiele	
Fußvolleyball	68
Indiaca	69
Zielschussspiele	
Elefantenfußball	70
Fußket	70
Hallengolf	71
Schlappenhockey	75
Fahrradreifenfußball	76
Fußbillard	77
8. Gymnastik und Fitness	
Fußgymnastik an Stationen	78
Therapiekreisel-Stationen	81
Rope-Skipping – Einzelsprünge	84
Rope-Skipping – Partnersprünge	86

CD mit Stationskarten zu allen Stationsläufen