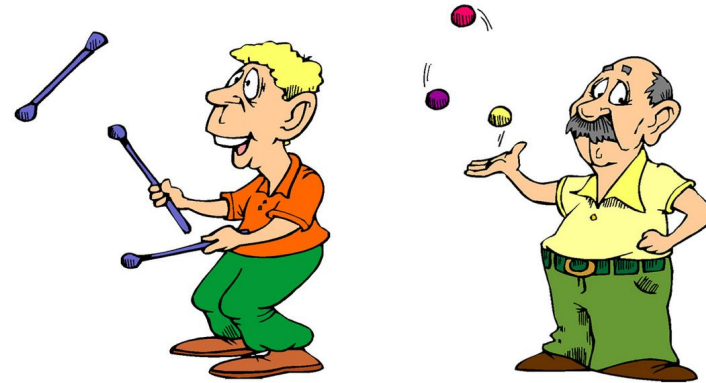


- ① ★☆☆ Du kennst bereits das über Kreuz Werfen mit 2 Bällen. Wiederhole diese Übung 10 Mal.
- ② ★★☆☆ Nimm nun einen dritten Ball in die Hand. Führe die Übung 1 nochmals durch, indem du den dritten Ball zunächst **nur** in der Hand hältst. Wiederhole diese Übung 15 Mal.



- ③ ★★☆☆ Nun nimmst du den dritten Ball dazu. Wirf dazu die Bälle nacheinander in einem schönen Bogen über Kreuz zur anderen Hand, **ohne** sie zu fangen. Wiederhole diese Übung 10 Mal.
- Wenn das zu leicht ist, versuche einen, zwei oder sogar alle drei Bälle dabei aufzufangen.
- ④ ★★★ Schaffst du es alle drei Bälle aufzufangen? Dann versuche jetzt mehr als drei Würfe auszuführen und die Bälle nacheinander über Kreuz immer wieder hochzuwerfen. Viel Spaß beim Üben!