





3.3

Schüler – Check

NAME:

Ergänze die fehlenden Begriffe und hake, die von Dir erfüllten Technikmerkmale, ab.

| Ablauf | Technikelemente | Check  |
|--|---|---|
| Vordere Stützphase  | <ul style="list-style-type: none"> • Mein erfolgt aktiv über den Vor- oder Mittelfuß. ----- • Nach dem Fußaufsatz gibt mein leicht nach. ----- • Mein hinteres Bein wird nun zum | <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> |
| Hintere Stützphase  | <ul style="list-style-type: none"> • Mein Bein ist in Verlängerung des Fast vollständig ----- • Nach Abheben des hinteren Beins erfolgt eine | <p>-----</p> <p>-----</p> |