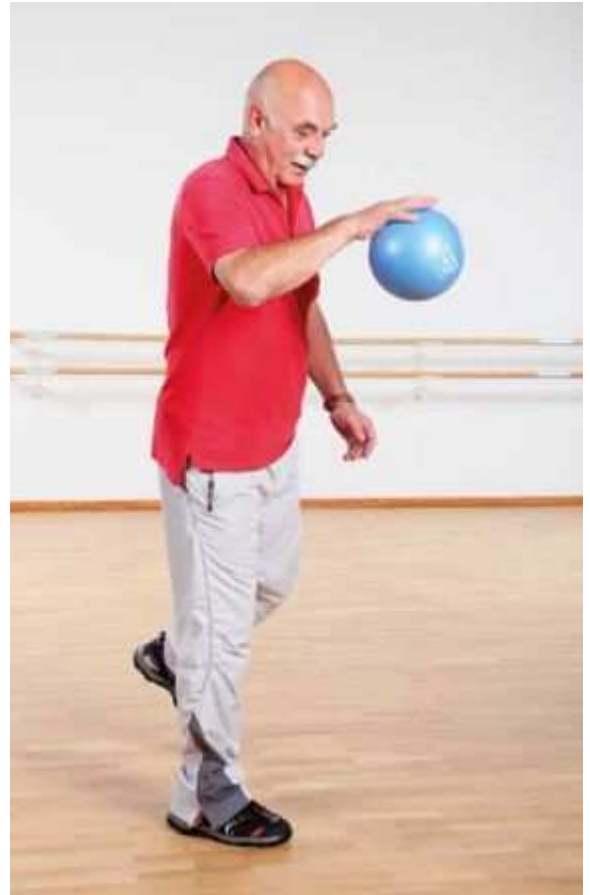


## Bewegung zur Unterstützung der Konzentrationsfähigkeit

### Prellen eines Balles

Einen Ball mit einer Hand auf den Boden prellen, ihn dabei gut unter Kontrolle behalten. Wird dies von den Teilnehmern beherrscht, kann die Schwierigkeit erhöht werden:

- einen Ball prellen und dabei gehen
- Prellen mit beiden Händen und zwei (unterschiedlichen) Bällen
- Werfen eines Gegenstandes und mit der anderen Hand Prellen eines Balles
- Durchlaufen eines Parcours und gleichzeitiges Prellen eines Balles



Auf Empfehlung des Deutschen Turner-Bundes