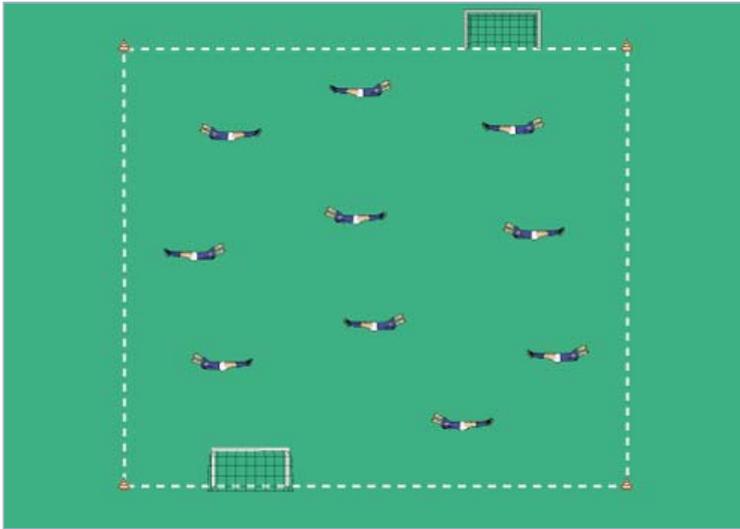




## BAMBINI

### SPIEL 2: Bathöhle

von Thomas Staack (02.07.2013)



#### Organisation

- Den Aufbau unverändert lassen
- Die Kinder legen sich auf den Rücken

#### Ablauf

- Batman fährt in seine Bathöhle, um seine Muskeln zu trainieren.
- Auf dem Rücken liegend strecken die Kinder Arme und Beine aus und halten sie in der Luft, so lange sie können.
- Nach einer Weile erneut Arme und Beine anheben usw.

#### Variationen

- Die Arme und Beine aufeinander zu bewegen.
- Zusätzlich ein Leibchen in den Händen halten.
- Einen Ball in den Händen halten oder zwischen die Füße klemmen.

#### Tipps und Korrekturen

- Spielerische Kinderymnastik regelmäßig in die Spielstunde einbauen.
- Einfache gymnastische Aufgaben verbessern die Beweglichkeit der Kinder.

Elektronische Spielberichte, Online-Vereinsverwaltungsprogramme oder aktuelle Tabellen und Spielpläne von der Kreis- bis zur Bundesliga findet man im Internet ganz einfach unter [www.fussball.de](http://www.fussball.de). Das Internet hat die Vereinsarbeit und -darstellung in den letzten Jahren stark beeinflusst.

Da ist es kaum vorstellbar, dass einige Vereine noch über keine eigene Vereins-Homepage verfügen. An diese Vereine, aber auch an alle, die an einer Verbesserung ihres aktuellen Internet-Auftritts interessiert sind, richtet sich der aktuelle Themenschwerpunkt im Juni 2013 auf Training & Wissen online!