


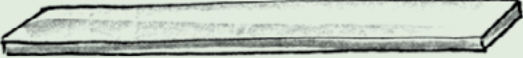
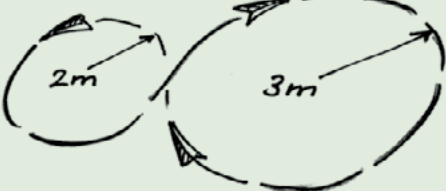





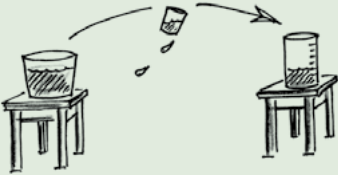





Geschicklichkeit à go go

Der folgende Parcours ist eine Zusammenstellung von relevanten Elementen der Fahrtechnik. Die Reihenfolge und Auswahl der einzelnen Übungen sollen dem Gelände und den Voraussetzungen der Fahrer angepasst werden. Es empfiehlt sich, den Fahrweg und die Position der Gegenstände mit Kreide einzuzichnen.

Niveau 1	
1	 <p>Slalom um versetzte Markierungen.</p>
2	 <p>Warentransport von einer erhöhten Fläche.</p>
3	 <p>Spurgasse fahren.</p>
4	 <p>Über Brett fahren.</p>
5	 <p>Eine Acht fahren.</p>
6	 <p>Einen Gegenstand von der Ablage nehmen und in die Kiste werfen.</p>
Variante	 <p>Karussell fahren (das Seil an einem Pfosten festmachen und sich daran festhalten).</p>




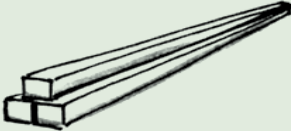



Material

- Becher
- Kleine Transportgegenstände
- Kiste
- Kanthölzer
- Bretter
- Seil
- Stühle/Tisch o.ä.
- Strassenkreide
- Bänder

Niveau 2	
1	 <p>Enger Slalom.</p>
2	 <p>Wassertransport.</p>
3	 <p>Über Brett fahren mit Knick.</p>
4	 <p>Über ein Kantholz fahren.</p>
5	 <p>An einen Gegenstand fahren und wieder weg.</p>
6	 <p>Ball mit Unihockeyschläger ins Tor spielen.</p>
Variante	 <p>Innerhalb einer begrenzten Distanz vom Rad ab- und wieder aufsteigen. Den Parcours auf Zeit.</p>

Material

- Becher
- Markierungshütchen
- Kanthölzer
- Bretter
- Seil
- Stühle/Tisch o.ä.
- Strassenkreide
- Unihockey-Schläger, -Tor, -Ball

Niveau 3	
1	 <p>Vorderrad Slalom.</p>
2	 <p>Warentransport am Boden.</p>
3	 <p>Über Wippe fahren.</p>
4	 <p>Über drei Kanthölzer fahren.</p>
5	 <p>In einem begrenzten Feld 3–5 Sek. still stehen.</p>
6	 <p>Einen Gegenstand von der Ablage nehmen und in die Kiste werfen.</p>
Variante	 <p>Wer schafft es den Parcours möglichst langsam zu fahren? Alles einhändig fahren, eine Schanze einbauen.</p>

Material

- Becher
- Transportgegenstände
- Markierungshütchen
- Kanthölzer/Latten
- Bretter
- Seil
- Strassenkreide