

SLACKLINE (INKL. HALTERUNG)

Im Set enthalten:

Eine Slackline, sowie eine Halterungskonstruktion, die aus zwei Seitenteilen sowie zwei Mittelteilen besteht. Die Länge und damit der Schwierigkeitsgrad kann durch die Mittelteile variiert werden. Man kann ohne Bodenverankerung auf der Slackline balancieren. Für eine sehr hohe Stabilität ist eine Bodenverankerung sinnvoll.

Grundanleitung & Tipps:

1. Stelle dich barfuß oder mit festen Schuhen auf die Slackline.
2. Das Gleichgewicht lässt sich besser halten, wenn du nur mit einem Bein auf der Line stehst.
3. Strecke beide Arme aus und nutze dein freies Bein, um deinen Schwerpunkt zu finden
4. Wenn du das Standbein ein wenig beugst, kannst du die Bewegungen der Slackline leichter austarieren.
5. Deinen Blick kannst du am besten auf den Punkt richten, wo die Slackline auf der Gegenüberliegenden Seite befestigt ist.

Spielvarianten:

- Wer schafft die meisten Schritte?
- Könnt ihr einen Ball auf der Line fangen oder die Augen zu machen?
- Zu weit von beiden Seiten aufeinander zugehen und versuchen aneinander vorbei zu kommen
- Auf der Line rumdrehen, sitzen und aufstehen, springen...

