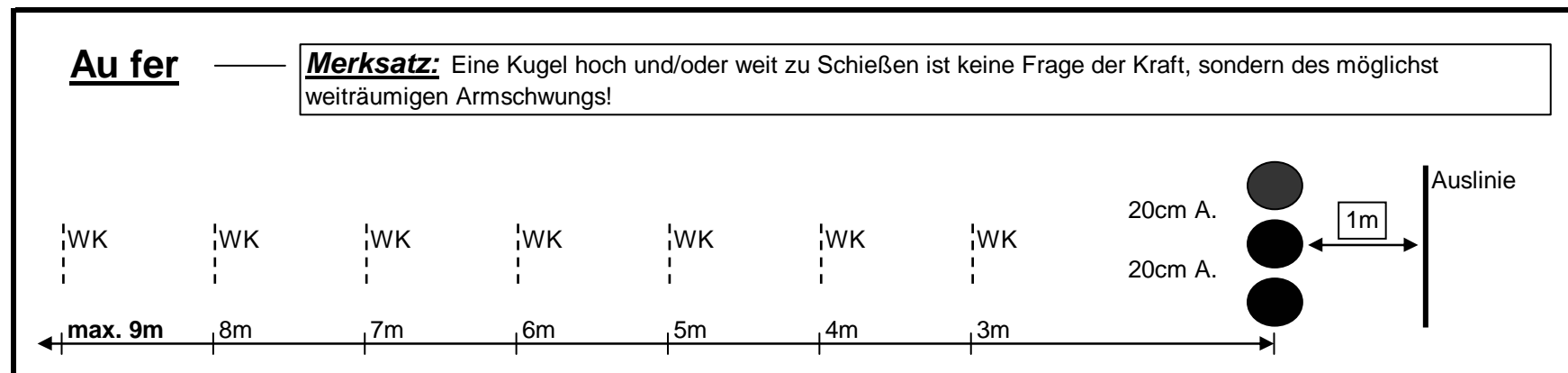


Organisatorisches: 3 stationäre Zielkugeln im Abstand von je 20 cm;
1 Auslinie hinter den Zielkugeln im Abstand von 1 Meter;
Imaginäre Wurfkreise mit den Distanzen 3 bis maximal 9 Metern.

Methodisches: 1 bis max. 4 Akteure; je Distanz 3 Kugeln, dann Wechsel des Akteurs; mind. 2 Durchgänge:
1. Durchgang: Zielkugeln von links nach rechts - Distanz von 3m linear bis 9m steigern;
2. Durchgang: Zielkugeln von rechts nach links - Distanz von 9m linear auf 3m reduzieren,
(Variationen: Progressive Distanzenauswahl und/oder Schießen nach vorher erfolgter Ansage der Zielkugel!)



Lernziel: **Le tir au fer - Der Schuß auf das Eisen/Volltreffer:**
bei schwierigem/schwierigstem Gelände; forciert und fast ohne Bogen gespielt, trifft die Schußkugel die Gegnerkugel frontal in der oberen Hälfte. Eher Sicherheitsschuß als taktischer Schuß.

Lerninhalte: Kreisstellung - Körperhaltung - Kugelhaltung - Visualisierung - Atmungstechnik - Armbewegung (Ausholphase, Schwungphase, Abwurfphase) - Handbewegung (beim Abwurf) - Körperbewegung (Streckung beim Abwurf).

Zielerreichung: Die Aufgabe ist erfüllt, wenn mindestens 2 Zielkugeln je Durchgang getroffen werden und diese gleichzeitig die Auslinie überschreiten!