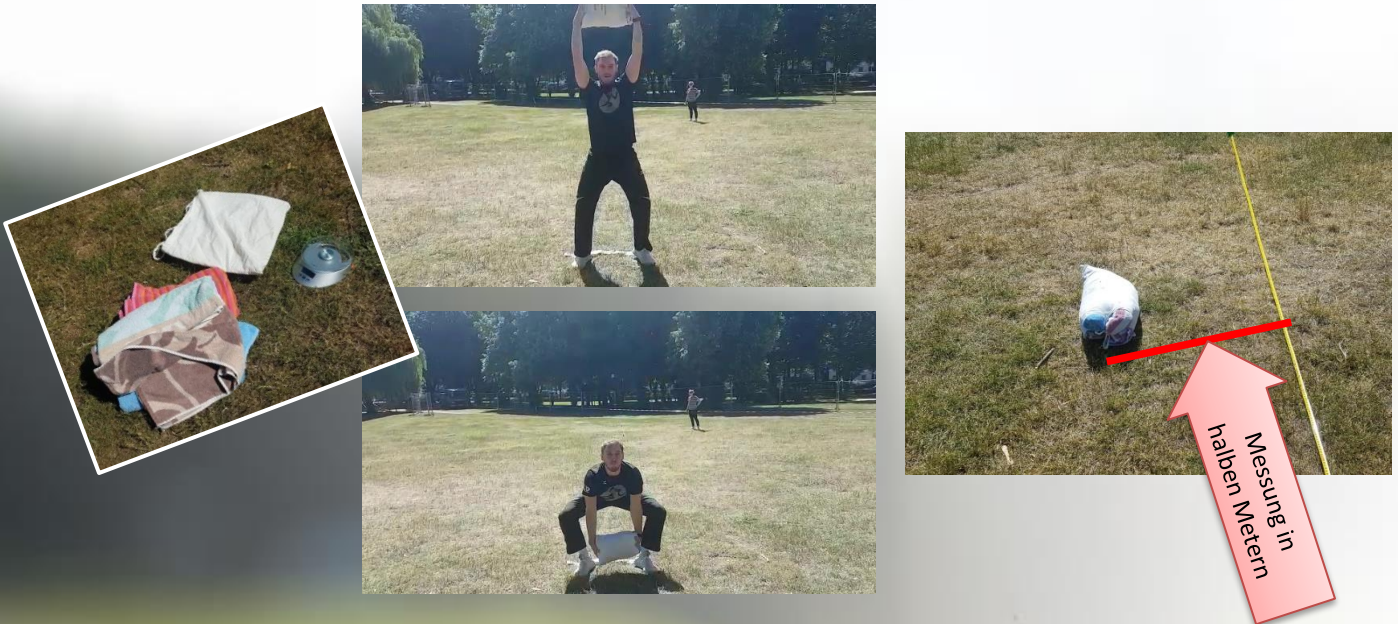


Challenge 5: *Schockwurf rückwärts*



Aufgabe:

Schockwurf rückwärts

Aufbau (im Bild exemplarisch)/**Durchführung:**

1. **Wurfgerät bauen:** Einen Stoffbeutel mit z.B. Handtücher füllen
→ Gewicht 2kg +/- 50g
2. Schockwurf rückwärts von einer Abwurfmarkierung
3. Maßband/Zollstock auslegen

Ergebnis:

- Gemessen wird von dem endgültigen Landepunkt im 90° Winkel zur Abwurflinie.
- Die Messung erfolgt in halben Metern
- Die Weite ist auf den nächstniedrigen halben Meter abzulesen.
→ **Bitte das Ergebnis (neben Foto oder Video) schriftlich schicken! =)**

Weitere Informationen zur LVN Athletics League findet Ihr in der Ausschreibung auf unserer Homepage oder den Social-Media-Kanälen.

#LVNAthleticsLeague #SEIDABEI #LVNJUGEND

