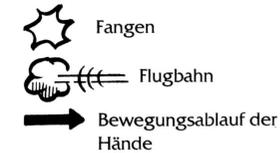


## MIT EINEM BALL

Ball von einer Hand in die andere werfen.  
Den Ball mit einer Kreisbewegung hochwerfen und in die andere Hand fallen lassen, ohne nach ihm zu greifen!



Der Ball beschreibt im Flug eine liegende Acht.

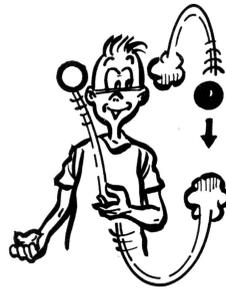


## ZEICHENERKLÄRUNG

## MIT ZWEI BÄLLEN



Ball mit der rechten Hand zum linken Auge hochwerfen.



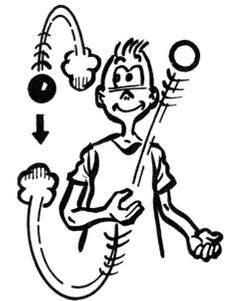
Sobald der Ball den höchsten Punkt erreicht hat, den anderen Ball mit der linken Hand zum rechten Auge hochwerfen.



Ersten Ball mit der linken Hand und den zweiten mit der rechten Hand auffangen. Die Bälle befinden sich jetzt in der anderen Hand.



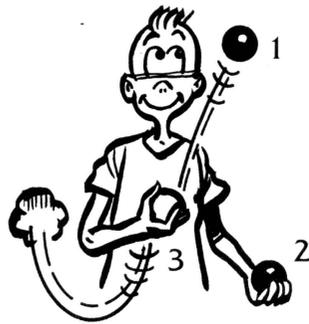
Weiterüben und den schwarzen Ball immer zuerst aufwerfen. Dann erst folgt der weiße.



## DIE KASKADE (mit drei Bällen)



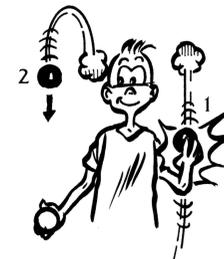
Nimm den dritten Ball in die Hand und halte ihn hinter dem Ball, der als erster aufgeworfen wird.



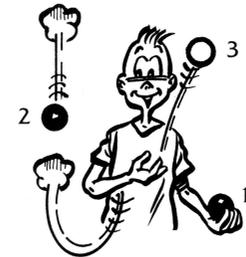
Sobald der erste Ball von der Hand hochgeworfen wird, in der am Anfang zwei Bälle sind, zähl „eins“!



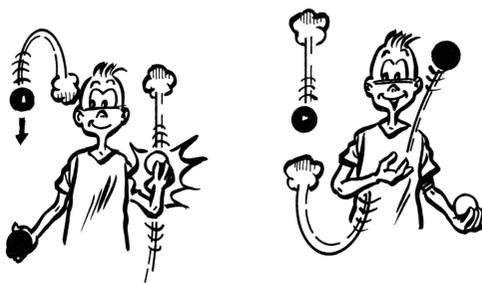
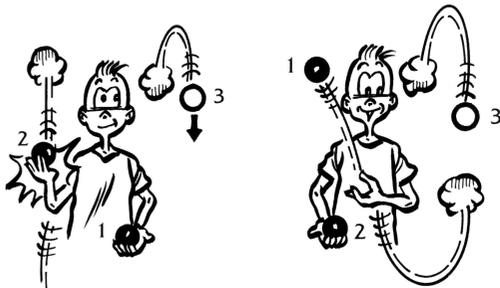
Sobald der erste Ball den höchsten Punkt seiner Flugbahn erreicht hat, wirf den zweiten und zähl „zwei“.



Ersten Ball auffangen, dann den dritten hochwerfen und „drei“ zählen!



Den zweiten Ball auffangen, dann zum vierten Wurf ansetzen (Ball hochwerfen) und „vier“ zählen!



Fangen, hochwerfen und „fünf“ zählen!



Fangen, hochwerfen und „sechs“ zählen!



## SÄULEN



Zwei Bälle gleichzeitig „säulenförmig“ hochwerfen. Wichtig ist, sie gleich hoch zu werfen. Sobald sie den höchsten Punkt ihrer Flugbahn erreichen, den dritten Ball in der Mitte hochwerfen.



Die beiden Bälle fangen und auf beiden Seiten wieder „säulenförmig“ hochwerfen.

## FLIP

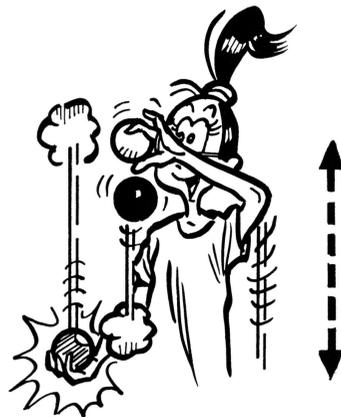


Zwei Bälle mit einer Hand senkrecht hochwerfen. Die freie Hand im Wurfrhythmus des inneren Balles auf- und abbewegen.



Gleicher Bewegungsablauf, aber dieses Mal in der freien Hand einen Ball gut sichtbar auf- und abbewegen.

## MAGNET



Zwei Bälle mit einer Hand „säulenförmig“ jonglieren. Die freie Hand führt den dritten Ball gut sichtbar parallel zum mittleren auf und ab.



**ZEICHENERKLÄRUNG**

