



## Sissis Bewegungstipp Nr. 30

Ballspielen ist etwas Feines! Was aber, wenn du allein bist? Kannst du dann auch Ball spielen? Natürlich! Suche dir eine Wand. Pass auf, dass an ihr keine Bilder hängen oder Regale stehen. Pass auf, dass da kein Fenster ist, das kaputt gehen könnte. Nun wirf den Ball an die Wand. Du wirst sehen, der Ball springt zu dir zurück.

Jetzt versuche, nahe an die Wand zu gehen, sodass du werfen und den Ball auch wieder fangen kannst. Zu Beginn wirst du sehr nahe an der Wand stehen. Wenn du den Ball, der von der Wand zurückspringt, fängst, dann kannst du einen kleinen Schritt nach hinten tun. Nun versuch es wieder. Wenn du viel übst, wirst du ein sehr guter Ballfänger oder eine großartige Ballfängerin werden.

