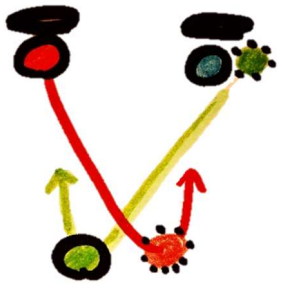


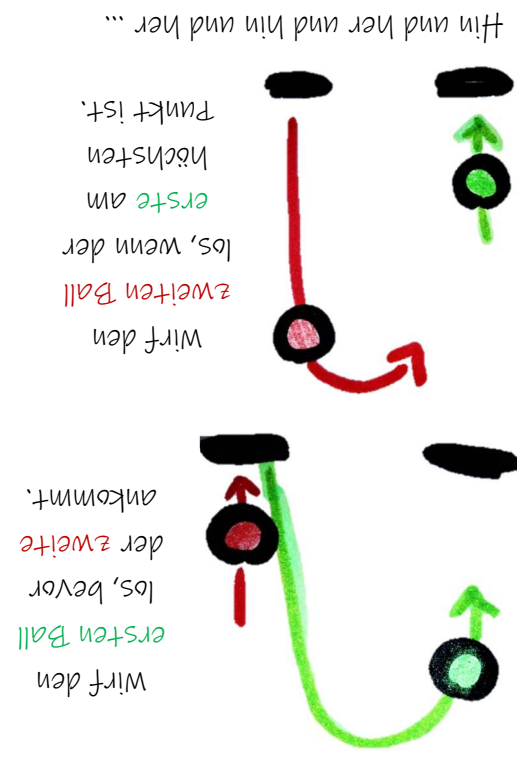
# BALL- jonglage

für Profis,  
das ist schwer!



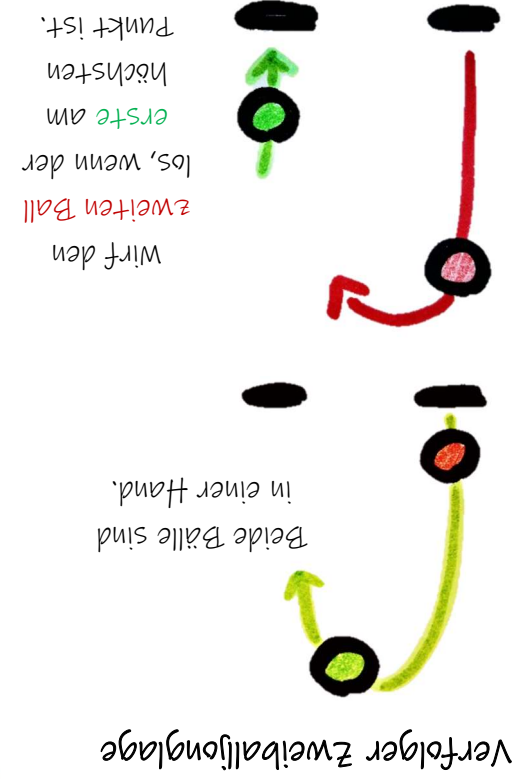
Dreiballjonglage

Wenn der erste Ball oben ist, wirf den zweiten aus der anderen Hand.  
Wenn der zweite oben ist, wirf den dritten wieder aus der ersten Hand.  
Für Profis, das ist schwer!



Normale Zweiballjonglage

Wirf den zweiten Ball erst los, wenn der erste Ball am höchsten Punkt ist.



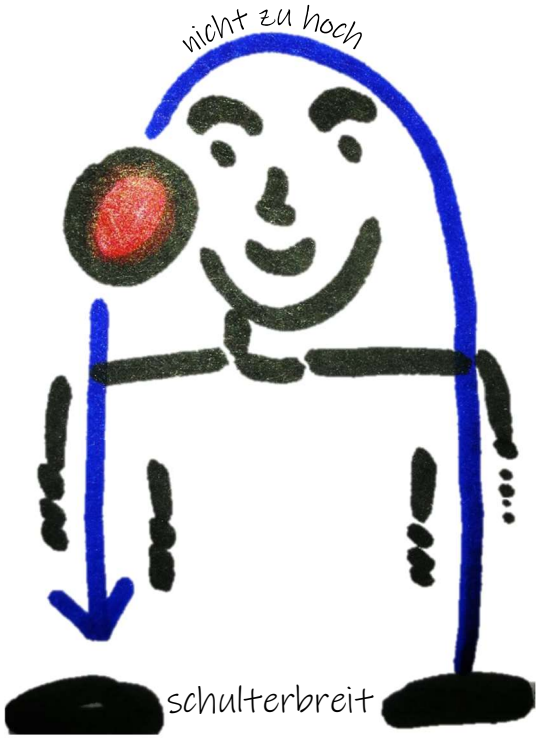
Werfen, werfen, fangen, fangen

Werfen, nicht übergeben!

## Worauf du achten musst:

- Die Hände warten auf den Ball und kommen ihm nicht entgegen.
- Der Ball fliegt ungefähr bis zu den Augenbrauen.
- Wirf den Ball nicht nach vorne.
- Probiere alles mit beiden Händen.
- Üben, üben, üben...

Viel Spaß,  
du schaffst das!



schulterbreit

nicht zu hoch