

Blok klimmen



Klauteren, klimmen, sluipen en kruipen

Lesverloop

De 2 sporter die naast de blok staan, moeten de blok proberen te kantelen naar verschillende kanten. De sporter die op de blok zit, moet mee klimmen zodat hij er niet afvalt.

Organisatie & materiaal

Per 3 aan een blok

1 sporter zit op de blok.

De andere sporters staan naast de blok.

Turnblok

Variatie of uitbreiding

- Naar beide kanten draaien.
- Meer begeleiders om de blok om te draaien.

