

# Faustballtests

## TEST 2: Koordinative Fähigkeiten mit Ball (unspezifisch – allgemein)

### Gleichgewichtsfähigkeit

#### TEST 2.2

Testübung	Über Langbank balancieren, dabei auf der rechten Hand (mit gestrecktem Unterarm) einen Ball tragen. Retour mit linkem Arm
Kriterien/Bemerkungen	- Langbank nicht verlassen - gestreckter Unterarm
Vorbereitende Übungen	- Ball auf Unterarm balancieren - Auf Linie gehen