

Jonglieren

Nimm drei gleich große Bälle in die Hand und halte zwei in der rechten Hand, einen in der linken. Wirf rechts den ersten Ball in einem leichten Bogen zur anderen Hand und sobald er seinen höchsten Punkt erreicht, wirf den zweiten Ball aus der linken Hand und fange gleichzeitig den ersten geworfenen Ball („Ballwechsel“). Nun wirf den dritten Ball mit der rechten Hand und fange den zweiten Ball von links kommend (Ballwechsel 2). Jetzt wirf mit der linken Hand den ersten Ball wieder und die nun freie linke Hand kann den dritten Ball von der rechten Hand fangen (Ballwechsel 3). Nun geht es immer so weiter und es folgt ein Ballwechsel nach dem anderen, abwechselnd mit der linken und rechten Hand.

