

# Technik-Übersicht

## Zyklus 2



3-6 Jahre

**STREIFEN 1**  
STREIFENWOCHE:  
23.06.-28.06.2025

Wo Werte & Bewegung dein Lebenspuzzle vervollständigen

# #PAZURU

kampfkunst- und gesundheitszentrum

Prüfung: November 2025  
Solingen: 10.11.-15.11.2025  
Haan: 17.11.-21.11.2025  
Graduierungsevent: 22.11.2025

**STREIFEN 2**  
STREIFENWOCHE:  
08.09.-13.09.2025

**STREIFEN 3**  
STREIFENWOCHE:  
22.09.-27.09.2025

| 3-4 Jahre   | 5-6 Jahre  | 3-4 Jahre   | 5-6 Jahre  | 3-4 Jahre                                 | 5-6 Jahre   |
|---|--|---|--|---|---|
| <b>TECHNIKEN</b><br>Gefesselter Zauberer<br>Lassoschlinge           | <b>TECHNIKEN</b><br>Gefesselter Zauberer + Spiderman<br>Schneeschieber | <b>TECHNIKEN</b><br>Schiffssteuer<br>Schutzhelm + Hilfe holen   | <b>TECHNIKEN</b><br>Schiffssteuer mit Bein aufstellen<br>Scheibenwischer + "Lass mich in Ruhe" | <b>TECHNIKEN</b><br>Mausefallen-Befreiung | <b>TECHNIKEN</b><br>Rückwärtsrolle aus dem Rucksack             |
| <b>BEWEGUNGSFORMEN</b><br>Liniensprünge (Füße zusammen)<br>Windhund | <b>BEWEGUNGSFORMEN</b><br>Klatschender Frosch<br>Schlangenraupe        | <b>BEWEGUNGSFORMEN</b><br>Clownsrolle<br>Langsamer Storchengang | <b>BEWEGUNGSFORMEN</b><br>Fingertipp-Gang<br>Einbeinsprünge                                    | <b>BEWEGUNGSFORMEN</b><br>Känguruhsprünge | <b>BEWEGUNGSFORMEN</b><br>Affenkarussell (3x pro Seite+Drehung) |