

28. März! Jonglierbälle selber machen

Endlich hast du mal ausreichend Zeit, um Jonglieren zu üben. Die Jonglierbälle, die du dafür brauchst, kannst du ganz einfach selber machen.

Du brauchst (pro Ball!):

- 3 Luftballons
- Vogelfutter (Sittichfutter) oder Milchreis (ungekocht 😊) oder Hirsekörner oder ähnliches als Füllmaterial
- 1 Schere
- 1 Trichter

Fülle mit Hilfe des Trichters dein Füllmaterial in einen Luftballon.

Schneide dann die Tülle des Luftballons ab.

Nimm einen zweiten Luftballon, schneide auch hier die Tülle ab und ziehe ihn von der anderen Seite über den ersten Ballon.

Nimm zur Sicherheit noch einen dritten Ballon, schneide wieder die Tülle ab und ziehe ihn auch noch über die beiden anderen Ballons.

Fertig ist dein weicher, griffiger Jonglierball.



Und wenn der erste Ball fertig ist?

Dann...



...fängst du an, das Jonglieren zu trainieren.

Stell dich vor ein Sofa, Bett oder wenn du einen Garten hast, geh' einfach nach draußen. Das schont die Nerven der Nachbarn, die evtl. unter dir wohnen.

Hochwerfen – fangen, wenn's geht mit einer Hand.

Mit links und mit rechts.

Jede Hand ist 5x dran. Oder schaffst du sogar mehr?

Dann „drüber und drunter“:

streck' einen Arm nach vorne aus, die andere wirft den Ball über den Arm und fängt auch.

Wieder erst mit der einen, dann mit der anderen Hand.

Trainiere IMMER beide Hände, bis es gleich gut klappt.

Am besten machst du gleich drei Bälle. Dann kannst du mit ein bisschen Geduld und in ein paar Tagen jonglieren lernen.

Tipps zur „Kaskade“ mit drei Bällen z.B. hier:

<https://www.ballaballa.de/Jonglieren-oxid/>