

## Tipsalto schuin vlak

**Leeftijd:** groep 5 tot en met bovenbouw VO

**Aantal spelers:** 2-6

**Zaalindeling:** 1/4, 1/3

**Doel:** Een salto vanuit het wandrek maken met een korte tip op dikke mat

### Materiaal:

- 2 banken
- 2 dikke matten
- Wandrek
- Trampoline
- Kast ( om eventueel de dikke mat tegen te houden)

### Uitleg:

- Niveau 1: Vanuit hurkzit een koprol van schuin vlak naar beneden maken. Je begint dus op de dikke mat.
- Niveau 2: Sta in de trampoline, veer met je handen op de dikke mat een aantal keer, en maak dan een koprol op de dikke mat
- Niveau 3: Spring nu vanaf de banken in de trampoline en maak een koprol
- Niveau 4: Minder steun armen, richting een korte tip op de dikke mat.
- Niveau 5: van landen op billen naar hurkzit, naar staand.

