

## OE2 FISCHEN

Setzen Sie sich mit einem Stuhl an die kurze Seite eines Tisches. Platzieren Sie sich eine Unterarmlänge (Ellenbogen kommt an den Oberkörper, Mittelfinger berührt den Tisch) vom Tisch entfernt und mit den Füßen fest auf dem Boden stehend.

Legen Sie ein Tetrapack (Milch, Saft etc. z.B. mit folgenden Maßen in mm (HxBxT): 206 x 90 x 59), mittig vor sich auf den Tisch. Die Kante des Tetrapacks berührt die kurze Seite des Tisches. Während der gesamten Orientierungsphase sollte immer „dasselbe“ Tetrapack genutzt werden.

Öffnen Sie die Stoppuhr Ihres Handys und legen Sie dieses neben sich auf dem Tisch ab.

Überlegen Sie, welchen Schwierigkeitsgrad (a – b – oder c) Sie sich zutrauen. Diesen sollten Sie während der gesamte Orientierungsphase beibehalten.

### Testaufgabe:

Heben Sie ihre gefalteten Hände über das Tetrapack hinweg. Berühren Sie am Ende der Bewegung immer den Tisch, indem Sie mit gefalteten Händen rechts und links neben das Tetrapack tippen.

Wieviel Wiederholungen schaffen Sie in 15 Sekunden?

Notieren Sie, ob Sie das Tetrapack:

a) Aufrecht hingestellt haben (leicht betroffen)



b) Hingelegt haben (eingeschränkt)



c) Auf die schmale Seite gestellt haben (schwer betroffen)

