Fehlerbild 2

KSP in Stoßauslage unzureichend über Druckbein

- Häufig eine Folge von Fehlerbild 1
- Dreh-Streck-Bewegung des Druckbeins kaum möglich
- Ellbogen bleibt in der Folge oft „tief“

Korrekturübung

Vorbeschleunigung unter Stange

Der Stoßer führt je nach Leistungsstand ein Angehen, einen Wechselschritt oder ein Angleiten unter einer Stange durch.

! Kopf nicht einziehen
! Stange (Plastik) darf nur aufliegen und sollte bei Kontakt sofort fallen