

# Materialien

- Single Ropes/  
Speed Rope: geeignet für Einzelarbeit, Speeddisziplinen, gut um Seilspringen zu erlernen  
Firma: skip an jump europe
- Beaded Rope: geeignet für Partnerarbeit, wie Visitor, Jump for two, Wheel, Seil dreht langsamer als Speed Rope  
Firma: skip an jump europe
- Longe Rope/  
Double dutch: Seillänge etwa 4m ist ausreichend, wenn keine mehreren Springer im Seil, besonders bei jüngeren Kindern, da auch das Drehen Kraft kostet  
Firma: skip an jump europe
- Einhandzähler: erleichtern die Arbeit bei Speeddisziplinen  
Firma: über amazon.de