
Voraussetzungen für das Jonglieren-Lernen

*Man ist entweder Teil des Problems oder Teil der Lösung.
Ich habe mich für letzteres entschieden. Michael Gorbatschow*

Auch wenn es viele nicht glauben. Es sind keinerlei besondere Fähigkeiten für das Jonglieren erforderlich. Wirklich nicht! Lediglich ein paar Grundsätze werden es Dir erleichtern, Lernfortschritte zu erzielen:

1. Wenn Du Freude und Spaß hast, Neues dazuzulernen bzw. Jonglieren zu lernen, dann ist sozusagen der Grundstein so gut wie gelegt.
2. Befolge die Anweisungen im Buch möglichst Schritt für Schritt.
3. Fasse Dich in Geduld, auch wenn nicht alles gleich auf Anhieb funktioniert.
4. Du solltest drei gleich große, gleich schwere Bälle haben. Jeder Ball sollte mind. 90g wiegen. Solltest Du keine geeigneten Bälle haben, kannst Du so genannte Beanbags in einem Jonglierladen kaufen oder bei www.rehoruli.de online bestellen.

Mit einem Internet-Zugang hast Du darüber hinaus weitere Möglichkeiten für die Nutzung von REHORULI. Alle Übungen, die hier beschrieben sind, sind auch als Videodatei kostenlos zum Download abrufbar (www.rehoruli.de). So kannst Du den genauen Bewegungsablauf der Jonglierübungen sehen bzw. überprüfen.

Bevor Du anfängst zu jonglieren: Versuche NICHT, REHORULI-Übungen zu überspringen! Vor allem dann nicht, wenn Du neu mit dem Jonglieren anfängst und den Ehrgeiz hast, wirklich „sauber“ zu jonglieren ... d.h. locker, unbeschwert und ohne Anstrengung.

Die Einhaltung der Reihenfolge ist zwar keine zwingende Pflicht, aber für Anfänger/Erstjongleure ist es sehr hilfreich,

dass ALLE REHORULI-Übungen ausgeführt werden. Selbst wenn eine Übung so gar nicht gelingen will, dann übe und perfektioniere lieber noch einmal die vorhergehenden REHORULI-Übungen – bevor Du die nächste Übung angehst bzw. eine Übung auslässt.

Hier einige kleine Grundregeln, die Dir auf dem Weg des Jonglieren-Lernens und der Beibehaltung der Reihenfolge immer helfen werden:

- Denke positiv
- Habe Geduld, erzwinge es nicht
- Jeder „Fehler“ ist eine Chance dazuzulernen.
- Habe den Mut, Dich der Herausforderung zu stellen, etwas Neues dazuzulernen.
- Denke nicht so viel, besser und erfolgreicher ist „machen“ als „denken“.



Auszug aus
dem Buch

**REHORULI –
Jonglieren lernen
mit Erfolgsgarantie**

Paperback,
140 Seiten,
170 Illustrationen
ISBN 3-8334-3131-8
Preis € 14,90

www.rehoruli.de