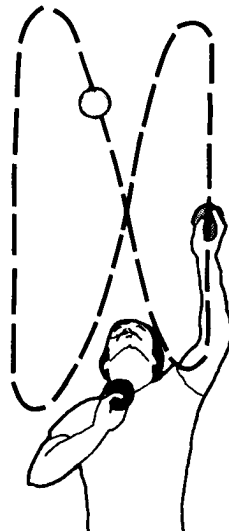




# Kaskade über dem Kopf

Eine weitere Variante der Kaskade ist die Kaskade über dem Kopf.

Wirf den ersten Ball hoch und lehne dann den Oberkörper zurück. Jongliere über deinem Kopf.



Halte die Ellbogen immer hoch.