

Inhaltsverzeichnis

REHORULI®

Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie



**Überarbeitete
Ausgabe!**

Mehr Infos!

**180 FARBIGE
Illustrationen!**

Stephan Ehlers

Buch mit Geld-zurück-Garantie!
Wenn Sie es mit diesem Buch nicht
schaffen, die 3-Ball-Jonglage
zu erlernen, erhalten
Sie den Kaufpreis
zurück.
Seite
180

Inhaltsverzeichnis

Ein Wort voraus	10
MMM – Mögliches Machbar Machen	15
Voraussetzungen für das Jonglieren-Lernen?	18
Bevor Du loslegst! - Wichtige Vorüberlegungen	20
REHORULI®-Übung 1 - Reli	23
REHORULI®-Übung 2 - ShowThe8	26
REHORULI®-Übung 3 - TakeThe8-overhead	30
REHORULI®-Übung 4 - TakeThe8-downunder	32
REHORULI®-Übung 5 - FallingDown_MoveUp	34
REHORULI®-Übung 6 - FallingDown_MoveUp	36
REHORULI®-Übung 7 - JumpMoveTouch	38
REHORULI®-Übung 8 - Reli	40
REHORULI®-Übung 9 - TwinChange	42
REHORULI®-Übung 10 - TwinChange'n'Jump	44
REHORULI®-Übung 11 - Twin'Jump	46
REHORULI®-Übung 12 - Jump'Touch'Back –Links	48
REHORULI®-Übung 13 - Jump'Touch'Back – Rechts	50
REHORULI®-Übung 14 - Jump'n'Cross – Links	52
REHORULI®-Übung 15 - Jump'n'Cross – Rechts	54
REHORULI®-Übung 16 - TwinJump'n'Change	57

Inhaltsverzeichnis

REHORULI®-Übung 17 - FallDown'Move	60
REHORULI®-Übung 18 - FollowTheBall 1 - Links	62
REHORULI®-Übung 19 - FollowTheBall 1 - Rechts	64
REHORULI®-Übung 20 - FollowTheBall 2 - Links	66
REHORULI®-Übung 21 - FollowTheBall 2 - Rechts	68
Zwischenprüfung REHORULI®-Übung 20-21 Links/Rechts nacheinander	70
REHORULI®-Übung 22 - Jump'n'TakeOver - Rechts	72
REHORULI®-Übung 23 - Jump'n'TakeOver - Links	74
REHORULI®-Übung 24 - Jump'n'TakeOver - Links/Rechts-Wechsel	76
REHORULI®-Übung 25 - Jump'n'TakeOver - Aufwärts	78
REHORULI®-Übung 26 - Jump'n'TakeOver - Abwärts	80
REHORULI®-Übung 27 - Jump'n'ChangeTheSide - Links	82
REHORULI®-Übung 28 - Jump'n'ChangeTheSide - Rechts	83
REHORULI®-Übung 29 - MoonJumper - Links	84
REHORULI®-Übung 30 - MoonJumper - Rechts	86
REHORULI®-Übung 31 - ChangeToChange	88

Inhaltsverzeichnis

REHORULI®-Übung 32 - ChangeToChange - Rechts-/Links-Wechsel	92
REHORULI®-Übung 33 - FirstStepsOfThree	94
REHORULI®-Übung 34 - KingOfThree	98
Fehler im System!?	99
Tipps & Tricks zum „sauberen“ Jonglieren	
Regeln für „sauberes“ Jonglieren?	103
Warum Jonglieren auch nach „innen“ wirkt	105
REHORULI® hat sich in der Praxis bereits bewährt	107
Händigkeitstest - Rechtshänder oder Linkshänder?	113
Gesundheitsfördernde Aspekte des Jonglierens	118
Jonglier-Training lässt Hirne anwachsen	121
101 gute Gründe, Jonglieren zu lernen	124
REHORULI®-Jonglier-Schnellkurse	128
Internet-Links	129
Literaturverzeichnis	131
Es gibt eine Geld-zurück-Garantie für dieses Buch!	133
Geschafft!? (Schlusswort)	135



Impressum

Herausgeber und Autor: Stephan Ehlers, München
Illustrationen: Marvin Clifford, Berlin

© Copyright by Stephan Ehlers, REHORULI® - www.rehoruli.de

Verlag
FQL Publishing, Lannerstr. 5, D-80638 München,
Tel. (089) 17 11 70 36, www.fql.de

1. überarbeitete Auflage
München/Berlin 2017

ISBN 978-3-940965-00-4

Die vorliegende Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung der Texte und Grafiken ist nur mit schriftlicher Zustimmung des Herausgebers gestattet.

In diesem Buch werden u.U. eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsnamen verwendet. Auch wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sind, gelten die entsprechenden Schutzbestimmungen.

Alle Informationen in diesem Buch wurden mit größter Sorgfalt kontrolliert. Weder Autoren noch Verlag können jedoch für Schäden haftbar gemacht werden, die in Zusammenhang mit der Verwendung dieses Buches stehen.

Versuche von natürlichen oder juristischen Personen, REHORULI® (REchts HOch RUnter LIInks) kommerziell ohne Einwilligung des Autors zu vermarkten, werden strafrechtlich verfolgt!

REHORULI® ist eine eingetragene Marke und genießt deshalb besonderen Schutz (Deutsches Patent- und Markenamt, Registernummer 30 2015 227 354).

Buchtitel

REHORULI – Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie

Lernen Sie Schritt für Schritt
verblüffend schnell das Jonglieren mit 3 Bällen

Autor: Stephan Ehlers, München (www.fql.de)

Buchformat: Paperback: 12 cm x 19 cm

140 Seiten, über 150 Zeichnungen (!)

1. Überarbeitete Auflage - 2017

Verlag: FQL Publishing - www.fql-publishing.com

ISBN 978-3-940965-00-4

Preis: **14,90 EUR**

Die vorliegende Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung der Texte und Grafiken ist nur mit schriftlicher Zustimmung des Herausgebers gestattet.

In diesem Buch werden u.U. eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsnamen verwendet. Auch wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sind, gelten die entsprechenden Schutzbestimmungen.

Alle Informationen in diesem Buch wurden mit größter Sorgfalt kontrolliert. Weder Autoren noch Verlag können jedoch für Schäden haftbar gemacht werden, die in Zusammenhang mit der Verwendung dieses Buches stehen.

Versuche von natürlichen oder juristischen Personen, REHORULI® (REchts HOch RUnter LInks) kommerziell ohne Einwilligung des Autors zu vermarkten, werden strafrechtlich verfolgt!

REHORULI® ist eine eingetragene Marke und genießt deshalb besonderen Schutz (Deutsches Patent- und Markenamt, Registernummer 30 2015 227 354).