

# Schlagwurf: Gegenbein - Warum

**Beitrag von „Schmeili“ vom 13. März 2010 18:27**

Weil der Körper eine Bogenspannung aufbauen muss. Beim Schlagwurf wirft ja nicht der Arm, sondern es ist eine Ganzkörperbewegung. Während der Abwurfphase sollte ja ein Stemmschritt erfolgen. Wenn nun das falsche Bein vorne ist, findet eine entgegengesetzte Verwindung des Körpers statt, welcher die Wurfbahn beeinflussen würde.