

# Rolle rückwärts gefährlich?

**Beitrag von „Kapa“ vom 22. Januar 2019 08:05**

Kann ja gut sein susannae, wenn ich mich an den Sportunterricht zurückdenke, bekomme ich jetzt noch Gänsehaut. Turnerrolle rückwärts habe ich nie hinbekommen weil ich mich in der Grundschule wegen einem ambitionierten Sportlehrer mehrmals dabei verletzt hatte. Erst als ich mit Kampfsport angefangen habe und dann ukemi geübt habe, hatte ich keine Panik mehr beim Rückwärtsrollen. Bei einer guten ushiro ukemi hatte sich danach auch keiner meiner Sportlehrer beschwert.