

Einlaufen

Die richtige Reihenfolge

Material: keines

Ablauf: 2 Gruppen joggen wild durcheinander. Auf Kommando stellen sich die Teilnehmenden in die richtige Form, der Reihe nach. Beispiel:

- Im Quadrat: Vorname Alphabetisch
- In einer Linie: Geburtsmonat und Tag Januar bis Dezember
- In einem Kreis: Schuhgrösse
- Im Dreieck: Dem Alter nach eintreten
- Im Halbkreis: ...

Die Gruppe welche für die Aufgabe mehr Zeit benötigt, macht eine Zusatzaufgabe: Hampelmänner, Liegestützen, etc.

Hüpfkombination

Gruppen: Dreier-Teams

Material: pro Team 2 Schläuche / Seile, 2 Stäbe

Musik: zum Hüpfen, z.B. This Girl, Kungs & Cookin

Hüpfkombinationen:

Vorgehen:

- Schläuche auslegen, trocken üben
- Start und Ende ist immer rechts
- Wenn Hüpfkombination sitzt, mit «Schlaghölzer» üben
- Mit Stab klopfen: 1 und 2 Boden, 3 und 4 in Luft zusammen, 5 und 6 Boden, 7 und 8 in Luft zusammen

